

Psicoterapia e formazione come atti d'Amore

Antonio Romanello¹

In un mio recente articolo sulla supervisione diretta in terapia familiare avevo scritto: «La psicoterapia che noi intendiamo è altamente ecologica perché prova a intercettare l'essenza della nostra umanità per dividerla, via via che si rivela nello scambio intersoggettivo con i nostri pazienti, nel contesto della relazione terapeutica.»²

Leggendo il testo di Luigi Cancrini e Giuseppe Vinci, ho potuto riconoscerne il suo valore maieutico avendo visto compiersi lo sviluppo pieno e coerente di questa idea che cerco di praticare nella clinica e nell'insegnamento.

“Maieutica” è la prima parola chiave che desidero introdurre per iniziare il mio commento.

Il Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale è Scuola di Formazione a un pensiero sistemico e a una pratica clinica in psicoterapia familiare, e questo testo ne permette di apprezzare anche, a mio avviso, il suo valore di comunità dialogica e scientifica, come da tanti anni, fa la nostra rivista.³

Penso che molti di noi, leggendolo, abbiano avuto la sensazione di leggersi, di ritrovare connessi propri pensieri sparsi espressi, o impliciti e non espressi, riflettendo sulla propria pratica clinica e sul proprio insegnamento. Il metodo stesso del confronto tra i due autori che si allarga ad altri di noi, ne qualifica il valore maieutico coerentemente con quanto avviene nel nostro modo di fare psicoterapia e di fare formazione. Per esercitare la maieutica c'è bisogno del dialogo, ovvero sviluppare una conversazione a seconda degli stimoli offerti dall'interlocutore: è proprio questo quello che accade nell'incontro con i nostri pazienti dal momento che il terapeuta non si definisce come depositario della verità, ma aiuta gli altri a cercarla in loro stessi.

Isomorfo a questo è ciò che accade nel processo formativo: chi insegna è depositario di un sapere ma non di una verità assoluta. Il sapere, che unisce saper fare e saper essere, nel corso del training, si costruisce attraverso il confronto con gli allievi e nel fuoco della clinica, per verificarlo e rilanciarlo progressivamente, sviluppandolo in un percorso senza fine. E' straordinario che lo stesso Papa Francesco, rispondendo alla seconda domanda di Eugenio Scalfari su “Repubblica” del 7 agosto 2014, asserisca: «La verità è una relazione... essa si dà a noi sempre e solo come un cammino e una vita.»⁴

1 Psicologo-psicoterapeuta, didatta del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale di Roma, co-responsabile dell'Istituto Change di Bari.

2 Romanello A., La supervisione diretta in psicoterapia familiare sistemica: intersoggettività, autoriflessione, evoluzione nella terapia e nella formazione, in “Ecologia della mente” n.1 - 2012, Il Pensiero Scientifico Editore, Roma

3 Ecologia della mente - Il Pensiero Scientifico Editore – Roma.

4 Papa Francesco, Eugenio Scalfari, Dialogo tra credenti e non credenti, pag. 42, Einaudi-La Repubblica, Torino, 2013

La psicoterapia, dunque è *arte della liberazione*⁵ e ricerca di quella verità che non può avvenire se non attraverso il metodo maieutico ovvero, proprio in senso socratico, l'arte del far partorire la mente intesa come un enorme cumulo di erbaccia e, sotto di esso, ben nascosta, la verità, ovvero la giusta valutazione dei comportamenti, il senso delle cose.

La seconda parola con cui proseguire questa mia riflessione è "Ecologia".

Intendere la psicoterapia come una ricerca comune che si sviluppa "con" la persona consentendo al paziente di guardare con occhi nuovi a cose di sé che ha sempre saputo intimamente e che non potevano essere viste, criticate, scelte o cambiate fuori dalla consapevolezza esplicita, qualifica il lavoro psicoterapeutico come strettamente connesso alla esperienza esistenziale di quel paziente in quella fase storica della sua vita. In questo senso sembra affermarsi il superamento della delega al "tecnico" che sa versus un paziente che ne deve accettare valutazioni e decisioni per il suo bene; l'incontro umano e lo scambio intersoggettivo che si definisce e si evolve permette la scoperta di nuovi occhi e apre a nuovi orizzonti come nel viaggio della vita quando c'è crescita, sviluppo. In questo senso non c'è soluzione di continuità tra un percorso di vita e un percorso di psicoterapia: così come la vita non può restare uguale a se stessa ma c'è sempre bisogno di rilanciarla, la psicoterapia diventa parte di una vita momentaneamente inceppata e che va rilanciata ritrovandone il senso perduto. Quindi un processo di liberazione altamente ecologico che restituisce alla persona la libertà di scelta fino a ripristinarne il "Sé di diritto".⁶

La terza e ultima parola che mi permette di concludere questo mio breve commento e che racchiude il senso profondo del lavoro psicoterapeutico così come gli autori e noi insieme a loro lo intendiamo è "Amore".

Partirei dal sentimento espresso da Luigi Cancrini a proposito delle *gioie e dolori del lavoro psicoterapeutico*: «La cosa che mi ha sempre aperto il cuore e dato un senso di commozione e di gioia profonda è vedere un bambino che riesce a esprimere il suo dolore e al sua richiesta di aiuto mentre c'è qualcuno che lo ascolta. Ho la sensazione, in quei momenti di assistere al miracolo del contatto vero, della relazione che aiuta, della vita che irrompe. Il bambino che riesce ad avere questa possibilità ha delle garanzie di poter continuare a crescere, e la sua vita può riprendere a fluire... In maniera più contenuta e rarefatta ma con molti punti di somiglianza questo succede anche con l'adulto quando insieme, nel colloquio, raggiungiamo il suo bambino, quello che non si era espresso a suo tempo»⁷.

5 Sergio Piro, *Le tecniche della Liberazione. Una dialettica del disagio Umano*, Feltrinelli, Milano, 1971

6 Lorna Smith Benjamin, *Terapia Ricostruttiva Interpersonale*, LAS, Roma, 2004

7 L. Cancrini, G.Vinci, *Conversazioni sulla psicoterapia*, pag.126, Alpes Italia srl, Roma, 2013

Sentimenti così espressi sottendono amore per la vita e, nello stesso tempo, amore per il proprio lavoro, che gli autori manifestano implicitamente o esplicitamente lungo tutta la loro conversazione. E' un amore con la A maiuscola perché permea e integra vita quotidiana, lavoro psicoterapeutico, impegno sociale e rapporto con le nuove generazioni di psicoterapeuti. E' il raggiungimento di una grande capacità intersoggettiva che ci fa operare con la stessa saggezza, senza soluzioni di continuità, nelle relazioni quotidiane, nella clinica e nell'insegnamento di una disciplina che non può essere appresa se non attraverso uno speciale percorso di vita che è il training.

Nella vita quotidiana, che è sempre vita di relazione, non possiamo essere immuni dall'*errore*: è la nostra *saggezza*, ovvero quella capacità di tenersi in continua allerta su quello che facciamo, come scrive Cancrini⁸, che ci permette di riconoscerlo e *riparare*. Riconoscere l'errore, la ferita piccola o grande che si sia procurata all'altro, l'assunzione di una responsabilità, la condivisione di un sentimento di dolore che apre un varco al perdono non è un *atto d'amore*? E tutto questo non è isomorfo a quanto accade nella clinica? Il nostro lavoro con la famiglia reale rappresentata dei nostri pazienti piccoli o adulti è sostanzialmente un percorso che ci porta a rivisitare quelle esperienze di vita quotidiana per ritrovare l'errore misconosciuto, attivare l'assunzione di responsabilità, riconoscere la ferita e il dolore procurato e, in questo modo, permettere la *riparazione* con il *perdono*. E' la ricostituzione di quel naturale atto d'amore che permette a ciascuno di noi di crescere per se stessi e con gli altri.

Dicevamo della nostra pratica d'insegnamento e del rapporto con le nuove generazioni di psicoterapeuti. Nel mese di novembre di ogni anno, si concludono nella sede Change di Bari quelli che noi chiamiamo i passaggi di fase del nostro training in terapia familiare. Ai nostri allievi che hanno concluso il I anno con un lavoro particolarmente centrato sulla loro *storia familiare trigerazionale*, a quelli che hanno concluso il III anno con il lavoro di *supervisione diretta*, a quelli che hanno concluso il V anno con il lavoro di *supervisione indiretta*, affidiamo un compito di autoriflessione sulla loro esperienza formativa sotto il profilo professionale e personale e questo ci permette di condividere con loro il processo di riparazione che si è andato sviluppando nei confronti di quel *bambino ferito* che si portano dentro, in corrispondenza con i processi di riparazione sperimentati nel lavoro clinico e i naturali processi di riparazione che hanno riguardato le relazioni nei gruppi e con i propri didatti. Tutto questo verso il riconoscimento di un *Atto di Amore* che ha messo insieme clinica, formazione e vita quotidiana, come testimoniano le tante manifestazioni di affetto e gratitudine con cui si concludono i nostri corsi di psicoterapia ci fanno comprendere la compiutezza di un primo importante traguardo da cui ripartire, la compiutezza di un percorso di riparazione che apre al perdono verso gli altri e se stessi, ma anche la forza di una idea e

8 L. Cancrini, G. Vinci, *Conversazioni sulla psicoterapia*, pag. 129, *Ibidem*

di una condotta che sviluppa grande corrispondenza ecologica tra il viaggio della vita, il viaggio della psicoterapia e il viaggio dei nostri percorsi formativi. Un traguardo da cui ripartire appunto, che mi invita a concludere con le stesse parole con cui Vinci chiude le *Conversazioni*: «*Il fatto, bellissimo e drammatico insieme, è che questo continuo processo di attenzione all'altro e se stessi (di cui si sostanzia il ruolo del terapeuta - nda) non finisce mai perché, mentre il lavoro e la vita vanno avanti, cambiamo noi e cambia ciò che ci sta intorno. Ciò dà un senso che è insieme di vitalità e di sfinimento, di peso e di creatività, insomma il sentimento di essere ben dentro il flusso della vita, e protagonisti di scelte. Che è quel che proviamo a far riconquistare alle persone che incontriamo*»⁹.

9 L. Cancrini G. Vinci, *Ibidem*, pagg 130-131