

I° MEETING ANNUALE SBPC

"Aggressività, sviluppo e processo psicoterapeutico"

29-30 giugno 2013

Biblioteca del Convento di San Domenico, Bologna

Piccoli costruttivisti crescono

Dott. Giuliano Cuoghi

Buongiorno a tutti.

A me tocca dunque l'onere - e l'onore - di chiudere questa prima parte di interventi: cercherò di essere breve, e il meno noioso possibile, nel raccontarvi come, da un punto di vista professionale, ho interpretato e fatto *mio* l'approccio costruttivista della SBPC.

Oggi si è parlato tanto di equipe, e di servizio pubblico...io vi racconterò qualcosa di diverso, giusto per arricchire il ventaglio di esperienze narrate, perché io nel servizio pubblico non ci ho mai lavorato. L'ho vissuto, l'ho conosciuto dall'interno, poiché sono stato tirocinante in Neuropsichiatria Infantile per un anno, ho continuato a frequentare lo stesso servizio come psicologo volontario per un paio d'anni ancora...però non ci ho mai lavorato. E questo naturalmente cambia tutto.

Io sono un libero professionista, da sempre. Tra l'altro, mentre pensavo a cosa raccontarvi oggi, mi è venuto in mente un aneddoto di qualche anno fa. Ero all'ultimo anno di università, e mi sono trovato a fare un colloquio di selezione per fare il *tutor* presso i Servizi Sociali del Comune di Modena. Eh, gli strani giri della vita, i corsi e ricorsi, come direbbe qualcuno: il *tutor*...dopo dieci anni sono ancora qui, sono ancora un *tutor* (oddio forse ho sbagliato titolo, forse non è vero che si cresce?!). *Tutor* nel senso di *educatore*, in quel caso: si trattava di seguire per qualche ora a settimana un ragazzino in carico ai servizi. Il boss dei boss del servizio educativo territoriale modenese, personaggio storico della nostra zona, su cui si narrano diversi episodi epici, mi chiese come mai avevo scelto di studiare psicologia e come mi vedevo nel futuro: "Io", risposi, "non mi ci vedo da solo in uno studio, a lavorare privatamente solo per chi se lo può permettere: io mi vedo in prima linea, a lavorare col disagio *vero*, magari nel servizio pubblico".

E invece...eccomi qui, qualche anno più tardi, a raccontarvi com'è lavorare *esclusivamente* da liberi professionisti. La vita, di nuovo, fa strani giri.

C'era, credo, un bel pezzo di ingenuità nelle mie parole dell'epoca. *Primo*, nel servizio pubblico - salvo rare eccezioni - la psicoterapia come la insegnano a noi non la si riesce a fare. Per mille motivi, di ordine pratico, economico, organizzativo. Anche culturale, forse. *Secondo*, il disagio *vero* appartiene anche a chi si può permettere una psicoterapia privata. Eccome: basta poco per rendersene conto.

Dal punto di vista delle scelte professionali, io mi sono essenzialmente interessato alla *clinica*, fin da subito. Una strada sconsigliata da tutti, perché la più battuta e dunque con scarsa disponibilità di

risorse. In particolare ho rivolto il mio sguardo verso la clinica dell'età evolutiva: all'università di Parma, d'altronde, c'era solo l'indirizzo di Psicologia dello Sviluppo, e a me lavorare con i bambini è sempre piaciuto. La SBPC l'ho scelta soprattutto perché si parlava (e si parla!) *tanto* di attaccamento e di età evolutiva. La mia collega di studio - e in verità me lo sono sentito domandare da più parti - le prime volte mi chiedeva: "Ma tu come fai a lavorare con i bambini? Io non ci riuscirei, a me sembrerebbe di non lavorare: e io *odio* non lavorare!" (a proposito di Super-Io, di imperativi interiori, etc)...

In realtà quello coi bambini è lavoro, è lavoro a tutti gli effetti. Innanzitutto, perché - come diceva Bowlby - lavorare con un bambino in difficoltà significa lavorare con una madre in difficoltà (o con un padre, o con una famiglia...spesso anche con un insegnante o un'intera classe in difficoltà). E poi perché la psicoterapia, credo, non è fatta di sole schede attentamente compilate, di ABC, di test, etc. Non sta scritto da nessuna parte che una cartella clinica *piena* (di appunti, di schede, di disegni) sia indice di un buon lavoro. Anzi. Io a volte mi rendo conto che i momenti più belli di una seduta sono proprio quelli in cui appoggi la penna e sei *dentro* la relazione, e decidi di *starci* (per usare un termine a noi caro).

Lavorare coi bambini secondo me significa innanzitutto capire qual è il *bisogno* di quel bambino e di quella famiglia, al di là delle diagnosi descrittive e delle richieste dei genitori o della scuola. Bisogno che non è, banalmente, un bisogno di affetto o di amore, come spesso mi sento dire dalle insegnanti ("Ah, quel bambino ha solo bisogno di affetto"): perché lo sappiamo tutti che "l'amore non basta" - per dirla con Bettelheim - e noi possiamo essere basi sicure, esperienze emozionali correttive, ma non possiamo sostituire nessuno. Si tratta di capire - cognitivamente ed emotivamente, *di testa e di pancia* - di cosa c'è bisogno, e di lavorare *intorno*, lavorare *dentro*, a quel "buco". *Dottor Tranquillità*, prese a chiamarmi a un certo punto uno dei miei bimbi: a volte, sono loro stessi a dircelo chiaramente quello di cui hanno bisogno.

Con l'*adulto*, naturalmente, il discorso è un po' diverso - ma nemmeno troppo, forse.

"Noi non vediamo le cose come *sono*, noi vediamo le cose come *siamo*", scriveva Anais Nin: ecco, questa frase credo che rispecchi in pieno l'approccio costruttivista. Il punto è proprio questo: cercare di capire *noi stessi*, più che il mondo che ci circonda. "Rendere interessante un malato ai suoi stessi occhi è una cosa davvero importante, è il cominciamento della sua guarigione", diceva Alda Merini. Secondo me, al di là di tutto, è quanto di meglio possa fare un terapeuta. Aiutare il paziente, quasi *addestrarlo*, a guardarsi dentro e a capirsi, spostare il suo focus verso l'*interno*: un processo che può essere molto lungo, e faticoso, ma che a un certo punto, quando le cose funzionano, diventa quasi un *automatismo*. Uno di quei automatismi belli, funzionali. Ed è quasi commovente vedere come dopo qualche mese di terapia il paziente quasi anticipa le tue parole, le tue ristrutturazioni, i tuoi interventi, e lo fa con un sorriso e con un senso di auto-ironia che, quando non è pura compiacenza, significa tante cose: significa comprensione e accettazione dei propri limiti, significa fiducia, significa *consapevolezza*. "Tu mi fai pensare cose che altrimenti non penserei nemmeno", mi ha detto un ragazzo qualche tempo fa. Frase che, detta così, potrebbe sembrare una sorta di circonvenzione di incapace o di istigazione a delinquere...una sorta di "voce del diavolo"... Naturalmente non è così, significa semplicemente che le *perturbazioni*, per dirla con Guidano, a volte funzionano davvero...

Ho iniziato come terapeuta dell'età evolutiva, dicevo, ma la verità è che se adesso apro la mia agenda mi ritrovo con metà pazienti adulti e metà bambini. Ancora una volta, la vita fa strani giri: parti da un punto A, convinto di arrivare al punto B, e invece ti ritrovi in C senza nemmeno accorgertene. Personalmente credo che sia una ricchezza, in fin dei conti. Credo in particolare che il lavoro coi bambini aiuti *tanto* il mio lavoro con gli adulti. Innanzitutto, mi aiuta a capire i bambini che sono stati:

“tutti i grandi sono stati bambini una volta, ma pochi di essi se ne ricordano”, scriveva qualcuno, quando invece è importante non solo ricordarsene, ma anche *capire* che tipo di bambini siamo stati (e in questo senso, la *teoria dell’attaccamento* è fantastica). Che poi tante volte, in realtà, il paziente si ricorda fin troppo bene del bambino che è stato, e non ha nessuna intenzione di abbandonarlo...e il problema è proprio questo. Inoltre, continuo anche a pensare che avere a che fare con l’età evolutiva aiuti a mantenere una sensibilità e un’ingenuità (chiamiamola così) che, per quanto talvolta naif, se ben bilanciata rappresenta un bagaglio a mio avviso importante all’interno del know-how di un terapeuta.

Un altro pezzo del mio lavoro, su cui tuttavia non mi dilungherò, è rappresentato dalle *Consulenze Tecniche*, soprattutto in materia di *abuso sessuale*. Ci ho fatto pure un master, su questo tema. Le consulenze tecniche secondo me sono un esempio “*incarnato*” dell’ottica costruttivista. Cosa c’è infatti di più costruttivista di una *testimonianza*? Dell’analisi, ad esempio, del *contesto* in cui è emersa? Chiaramente, l’ambito giuridico-forense ha delle regole tutte sue, e lì per forza di cose di “*verità*” (seppur “*processuale*”) bisogna parlare, delle decisioni bisogna prenderle, e dunque è un’ottica per certi versi molto lontana dalla nostra. Anche se, a dire il vero, anche il concetto di “*verità processuale*” potrebbe essere a suo modo costruttivista, poichè parliamo comunque di una verità ri-costruita...ma questa è un’altra storia.

Vorrei concludere con una metafora. Per nulla nuova, molto guidaniana, a mio avviso molto suggestiva, una metafora che mi ha sempre guidato nel corso della mia formazione e del mio lavoro. Ed è cioè la metafora della psicoterapia come *arte* (o, meglio ancora, *artigianato*), e conseguentemente delle scuole di psicoterapia come *botteghe*. Proprio come le botteghe artigiane di una volta, penso a quelle dei pittori medioevali o rinascimentali ad esempio.

Chissà perché, ma a questo proposito mi viene in mente un film, “*Confidenze troppo intime*”. No se qualcuno di voi l’ha visto, è un film di Patrice Leconte di qualche anno fa. In breve, la storia è questa: una donna, che ha il suo primo appuntamento con l’analista, sbaglia ingresso e si ritrova senza rendersene conto nello studio di un commercialista: quanto di più distante, penso, possa esserci dal nostro mestiere. Costui non fa in tempo a capire l’errore, che la donna comincia a raccontare, e a raccontarsi. E lui si incuriosisce, è affascinato, e *ci sta* dentro questa situazione e questo ruolo. Lei si trova bene, ritorna anche la settimana dopo, finchè però dopo un paio di incontri non si rende conto del fraintendimento e fugge. Salvo poi - e qui sta il bello - ripresentarsi dopo pochi giorni, desiderosa di raccontargli i suoi problemi e di continuare la “*terapia*” (?). Ecco, io credo che questo film faccia luce - in maniera ironica e se vogliamo anche un po’ dissacratoria - sul nostro lavoro, sull’importanza della relazione terapeutica e su tutte quelle “*a-specificità*” che in fin dei conti, forse, fanno funzionare o meno una terapia.

Insomma, quindi un commercialista può fare il nostro lavoro? No, affatto. E io credo che non possa proprio perché a lui manca la “*bottega*”. La scuola. Un luogo cioè dove imparare, dove sperimentare e sperimentarsi, dove poter sbagliare in tutta sicurezza. Proprio come si fa in una scuola-bottega, prima di cominciare a lavorare in proprio, ricordandosi però che la mano dell’artigiano si vede sempre, perché non siamo tutti uguali, ed è proprio lì che possiamo (forse *dobbiamo*) differenziarci, trovando la nostra strada. Ce l’abbiamo tra le mani.

“Piccoli costruttivisti crescono”, ho intitolato un po’ ironicamente il mio intervento. E se è vero quello che scrive Danilo Dolci, e cioè che “*ciascuno cresce solo se è sognato*”, allora la scuola di psicoterapia credo debba essere anche questo, e cioè un luogo in cui ciascuno di noi possa iniziare a sognarsi - cioè *immaginarsi*, se vogliamo usare un termine meno retorico - psicoterapeuta: ma non da solo, qui la cosa

fondamentale è immaginarsi ed *essere immaginati* dall'altro - dai didatti, dai colleghi di corso, dal *gruppo*. Sta qui, *nel gruppo*, credo, la forza della nostra formazione.

“Piccoli costruttivisti crescono”, di nuovo, vuole essere oltre che una constatazione (almeno lo spero!), anche un *invito*, perché quello di psicoterapeuta è un mestiere difficile, che ci mette alla prova quotidianamente. La crescita è una necessità. Non lo credevo, quando ho cominciato: ma l'ho capito ben presto. Cominciando ad esempio a intuire quanto sia importante il *nostro* stato mentale, il *nostro* umore, dentro la stanza della terapia. Il che non significa necessariamente che quando siamo sereni lavoriamo meglio, anzi a volte è proprio il contrario. Però una cosa è certa: è un elemento che *influisce*, forse più che in qualsiasi altro lavoro, e questo è un aspetto di cui dobbiamo sempre essere consapevoli.

A me, ad esempio, una bella sfida l'ha lanciata qualche settimana fa una mia piccola paziente di dieci anni, una bella bimbetta bionda già in piena pre-adolescenza, che all'improvviso, guardandomi con aria perplessa, mi chiede: “Ma a te, Giuliano, ti piace la tua vita?”...