

Lo psicoterapeuta e l'amore L'amore non lo canto, è un canto di per sé¹

Mara Ognibeni, Ombretta Zoppi
Centro Studi in Psicoterapia Cognitiva, CESIPc, Firenze

In questo lavoro intendiamo soffermarci sulla figura dello psicoterapeuta. La nostra vuole essere una ricerca di un'identità coerente con la TCP che sussuma l'essere terapeuti come un aspetto di una più ampia rete di possibilità come persone. Partiamo da un'interpretazione dell'Amore: una costruzione sovraordinata all'essere terapeuti. Ispirandoci alla concezione di Maturana, intendiamo impegnarci in una teorizzazione della figura dello psicoterapeuta. Ci piace pensarci viaggiatori tra mondi possibili. Permeati di umanità nella misura in cui, se siamo qui, è perché abbiamo deciso di amare.

Parole chiave: *psicoterapeuta, ruolo dello psicoterapeuta, amore*

The aim of this paper is to focus on the role of the psychotherapist. Our efforts are towards an identity, coherent with the PCT, which may subsume "being a psychotherapist" as a feature of a wider network of possibilities as human beings. We begin with an interpretation of love, a superordinate construction to being a psychotherapist. Following Maturana, we propose a theorization of the therapist's role. We like to consider ourselves travellers amidst possible worlds. We are endowed with humanity, to the extent that, if we are here, it is because we have chosen to love.

Keywords: *psychotherapist, psychotherapist's role, love*

In una prima seduta la signora che ho di fronte, infermiera professionale, mi racconta una storia: da qualche anno per motivi di salute è stata trasferita dal lavoro in corsia, da lei molto amato, al reparto di radiologia. La sua nuova mansione consiste nell'imbustare referti.

“È un lavoro tedioso e io voglio continuare a pensare che siamo persone e non foglietti, così leggo tutti i referti e quando sono di esito nefasto leggo il nome, l'età, la professione e provo a immaginare chi siano le persone che riceveranno la busta, come reagiranno, cosa li aspetta e come cambieranno le loro vite...”.

¹ La citazione “L'amore non lo canto, è un canto di per sé” è di Giovanni Lindo Ferretti.

Il discorso che vorremmo sviluppare in questo nostro lavoro ha radici comuni con il racconto appena citato: cosa distingue un gesto d'Amore da Altro? Dove possiamo trovare e con che cosa possiamo identificare dei significati sovraordinati di riferimento definibili come Amore di cui il nostro "fare" ed "essere" terapeutico possa essere elemento coerente?

In che modo poi possiamo essere effettivamente coerenti con le nostre premesse?

Analizzando brevemente il pensiero di vari autori e proponendo il nostro modo di "essere" in terapia cercheremo di dare alcune risposte a tali domande.

Binswanger: se ti amo ti contemplo

Nella teoria di Binswanger (1956, 1963) quello che riteniamo maggiormente importante ai nostri fini è il concetto di "essere insieme nell'amore".

Con questa espressione l'Autore si riferisce al modo di essere insieme nel "noi", nella dualità dell'amore, al come il "noi due" sia nell'amore, nell'essere insieme "di me e di te".

L'amore, secondo Binswanger, è idea, è affetto, è volontà nello stesso tempo, ma è soprattutto qualche cosa che trascende ogni funzione.

L'amore non può essere un oggetto di disamina psicologica; l'essere insieme nell'amore è un essere nel mondo e contemporaneamente un esserne al di sopra.

In amore non vi è "*do ut des*" poiché nell'amore l'atto di donare è provato come un ricevere, giacché l'io non dà qualche cosa a un altro, ma propriamente si dona.

L'io dell'amore non è un io altruista o egoista: è un io che semplicemente attua e rivela se stesso.

Binswanger teorizza che al contenuto fenomenico dell'essere assieme nell'amore appartenga anche l'equivalenza tra solitudine ed essere insieme. Solo nella solitudine dell'amore è pienamente vissuto "l'io sono", senza limitazioni e senza determinazioni.

D'altro canto soltanto nell'amore il pronome "tu" assume il completo valore di "mio tu": invece nei rapporti di potenza, anche se tale pronome viene correttamente adoperato dal linguaggio, esso tende a ridursi al valore neutro di terza persona, di cosa-da-usare.

B. ci dice che l'esserci nell'amore è una dimensione trascendente che non conosce i confini del tempo e dello spazio; si dà nel momento in cui si crea un "noi due" in cui ci sia l'insieme di "te e di me". Questo modo di esserci riguarda singole relazioni elettive e può permetterci di vivere nel mondo in modo "ricco e pieno" e non "alienato"; per contro sembra suggerirci poche indicazioni su come l'esserci nell'amore si applichi all'esperienza. Abbiamo una definizione ma non una descrizione processuale, l'amore si ha non si persegue.

In altri termini B. nulla ci dice sulla natura della relazione che lega "l'io" al "tu". "Noi" siamo, ma non sappiamo come siamo.

Maturana: se ti amo ti lascio libero

In tempi assai più recenti Maturana (Maturana & Davila, 2006; Maturana & Varela, 1987) ci dà una sua particolare visione dell'Amore: in sintesi l'amore è l'emozione che costituisce le azioni di accettazione dell'altro come legittimo nella convivenza; pertanto amare è aprire uno spazio di interazioni ricorrenti con l'altro nel quale la sua presenza è legittima.

Nella visione di Maturana le interazioni che non sono all'interno dell'Amore non sono interazioni sociali. Se l'Amore è definito come accettazione dell'altro in quanto legittimo nella convivenza, non sono relazioni d'Amore le relazioni gerarchiche che prevedono

un'ubbidienza, le relazioni in cui ci siano rabbia, competizione (ovvero quando il possedere ciò che l'altro non ha è di per sé una modalità relazionale), manipolazione, negazione dell'altro.

Maturana fonda la sua teoria dell'Amore sul rispetto e sull'accettazione dell'altro. Non vi è mai un esplicito riferimento alla COMPRESIONE dell'altro se non nei termini in cui è facile uscire dal dominio dell'Amore se si ignora chi l'Altro sia.

In altre parole non vi è riferimento alla struttura personale dell'altro: l'Altro è legittimo in quanto esistente.

Pur condividendo appieno la teoria di Maturana vorremo poterla integrare con delle riflessioni su come si possa incarnare nell'esperienza la possibilità di considerare l'Altro legittimo.

Chiari e Nuzzo: se ci amiamo siamo in due

Sia Maturana che Binswanger concordano nel ritenere le relazioni di potere come relazioni non d'Amore, ma non considerano la comprensione dell'altro come elemento fondamentale del rispetto. Così come non fanno un chiaro riferimento alla natura della relazione, come possiamo trovare invece nella teoria di Kelly e nel pensiero di Buber (così come analizzato da Chiari e Nuzzo, 2006).

Il costruttivismo ermeneutico

Nel loro scritto "*Exploring the shere of between*", Chiari e Nuzzo riportano il pensiero di Buber (1937) secondo cui la personalità non è semplicemente una questione individuale, né semplicemente un prodotto sociale, ma una funzione di relazione che avviene nella "sfera del tra" (Chiari & Nuzzo, 2006, 2010). La concezione di Buber è fatta propria dal costruttivismo ermeneutico, che pone la relazione come dimensione centrale e sovraordinata che trascende i due soggetti in essa impegnati.

La relazione avviene nella sfera del tra: cioè nella viva relazione tra persone, sullo stretto crinale dove Io e Tu si incontrano... In tal caso i due termini della relazione non sono più interagenti separatamente: essi si complementano. Amare quindi, coerentemente con queste premesse, ci sembra possibile nella misura in cui entriamo in una relazione svolgendo un ruolo in cui la comprensione dell'altro si attua nell'assumere il suo punto di vista e la ragione del suo pensare, nell'indossare i suoi panni, nel considerare legittima non solo la sua esistenza, ma anche la sua natura.

Comprendere richiede
mettersi nella posizione
di lasciarsi insegnare
di apprendere
di esperire
di essere influenzati e cambiati
di essere umili
di stare sotto
Di non restare in disparte
di non essere differenti
superiori
separati
altezzosi
distanti

remoti
professionalmente intoccabili
Comprendere
è essere inzuppati
e lavati
e sommersi
È prendere la forma
dell'altro
disfarsi della propria forma
è assumere in sé
la forma dell'altro
così da poter essere
a seguito a ciò informati
È diventare un allievo
È interessarsi tanto
da dare all'altro
il potere.
(Mair, 1989)

Kelly: cercheremo assieme il nostro senso nel mondo

Siamo partite da lontano per introdurre la seconda parte del nostro lavoro, in cui vorremmo dare voce a uno dei tanti percorsi che possiamo scegliere in terapia per “incarnare” quell'Amore di cui sin qui si è trattato. Vogliamo fare questo partendo dalla teoria dei costrutti personali (TCP) di Kelly (1955) che a nostro avviso sembra onorare più di altre l'Amore stesso.

Le implicazioni in psicoterapia di quanto detto in precedenza sono espressioni molteplici e significative di come si possa incarnare nell'esperienza relazionale la concezione e considerazione dell'Altro come legittimo ed esistente.

Secondo quanto sostenuto da Maturana, ci troviamo nella cornice di un fenomeno sociale in cui ciascuno dei due membri della relazione psicoterapeutica accetta l'altro come altro legittimo nella convivenza. L'accettazione reciproca rappresenta la base per la creazione di un modo di convivere che non porta al sopruso e in cui il terapeuta s'interroga sui cambiamenti avvenuti nel paziente, sul significato dei suoi comportamenti e sull'eventualità di successivi cambiamenti da favorire o da operare perché cambi la dinamica del funzionamento della persona in modo da permettere la dissoluzione del sintomo.

Vogliamo soffermarci a riflettere sui due attori principali della psicoterapia: psicoterapeuta e cliente.

Lo psicoterapeuta è principalmente una persona. Il termine persona prende la sua derivazione dal latino “persona-ae” che significa maschera teatrale, personaggio, figura, personalità, carattere. In che modo la persona del terapeuta può essere un personaggio o può, in altri termini, essere visto come chi recita una parte? Il terapeuta non si comporta col cliente in una modalità casuale o genuinamente rispettosa delle sue caratteristiche personali. Il terapeuta, infatti “crea” il suo personaggio, sceglie di presentarsi ed esporsi col cliente secondo una precisa modalità. Il terapeuta crea la parte con cui si espone col cliente. Secondo quali criteri il terapeuta sceglie la modalità con cui presentarsi al cliente? Lo fa in modo creativo permettendo al cliente

di elaborare e sperimentare, nella stanza con lui, modi alternativi di costruire se stesso, gli altri e la sua relazione con gli altri.

Una nuova esperienza

A nostro parere ci sono delle domande che il terapeuta comincia a porsi fin dal primo incontro col cliente: “Come posso presentarmi all’altro, per essere terapeuticamente utile?”, “Come posso presentarmi all’altro per permettergli di fare un’esperienza diversa?”, “Su cosa o su quali elementi posso focalizzarmi?”, “Che cosa posso far emergere?”. Ci piace pensare alla figura del terapeuta come un “personaggio che recita una parte declinata nelle proprie corde”, un personaggio che ogni volta cambia in base al cliente. Ogni volta la nostra sfida, come persone e come psicoterapeuti, consiste nello sceneggiare e recitare, nella relazione terapeutica, la parte di un “personaggio” che sia funzionale al cliente per permettergli di costruire una storia nuova e diversa su di sé, storia che possa poi essere applicata nel contesto relazionale esterno.

Nella scelta del personaggio da interpretare un elemento fondamentale è dato dalla comprensione del cliente, così come essa è presupposta da quello che rappresenta l’apice e il centro della TCP, il corollario della socialità. Se ipotizzo che, “nella misura in cui una persona costruisce i processi di costruzione di un’altra, può interpretare un ruolo in un processo sociale che coinvolge un’altra persona”, ne discende che l’interazione interpersonale esista solo nei termini della comprensione reciproca; nel nostro caso nei termini della comprensione del cliente da parte dello psicoterapeuta.

Il terapeuta nella TCP, sulla base della comprensione dell’altro, usa se stesso per permettere lo spostamento del cliente dal suo punto di osservazione abituale.

Inoltre sospende il giudizio sulla natura determinata delle cose, per declinare il mondo al condizionale e lasciare aperte un gran numero di differenti possibilità per il cliente.

Noi pensiamo che la grande ricchezza del nostro lavoro sia collegata con l’aver solo noi stessi come strumento che favorisce un cambiamento; tutto quello che abbiamo in noi stessi quindi può essere usato, purché riletto all’interno della cornice teorica professionale. In questo senso anche le emozioni del terapeuta, e ogni costruzione personale in genere, possono trovare spazio nella terapia e rivelarsi utili nella misura in cui siano rilette all’interno di costruzioni professionali e diventino quindi professionali.

Abbiamo solo noi stessi... ma non siamo soli.

Ritenendo l’Altro legittimo, abbiamo pieno e profondo rispetto per lui e per la sua unicità. Nella nostra tensione a comprendere partiamo da lì, dall’Altro, e intraprendiamo un’avventura che inevitabilmente implicherà dei significativi cambiamenti, dati dall’aver stabilito una relazione di conoscenza e mutazione col cliente, fatta di coinvolgimento e di investimento.

Vogliamo soffermarci su questo, sull’impossibilità di trascendere il cliente nella creazione del “personaggio” che servirà nella relazione terapeutica, e sul fatto che dare spazio al cliente e ai suoi temi implicherà dei cambiamenti nel terapeuta. Rileviamo che tutto questo rappresenta un modo per incarnare l’Amore.

Abbiamo detto in precedenza che il nostro compito, come psicoterapeuti, consiste principalmente nell’agire con il cliente in modo da permettergli di costruire una storia nuova e diversa su di sé, tale che possa poi essere applicata nel suo contesto relazionale e sociale. In questa direzione ogni argomento “dotato di senso” per il cliente, rappresenta un possibile terreno fertile per la creazione di ipotesi alternative sulla relazione con gli altri. Nella terapia nuovi significati e quindi nuove azioni sono sperimentati come cambiamenti dell’organizzazione individuale e sociale. Ogni persona che noi accettiamo come legittima nel nostro spazio di convivenza ha curiosità e interessi diversi. Le strade che favoriscono nuove esperienze relazionali del

cliente sono molteplici e diverse in base alle attitudini, inclinazioni e interessi personali. Sta alla curiosità, all'intraprendenza e all'interesse del terapeuta usarle.

L'Altro è il punto di partenza

Così come nella psicoterapia possiamo usare tanti aspetti di noi stessi, purché li riteniamo terapeuticamente utili e inquadrati in una cornice professionale di riferimento, allo stesso modo si può parlare di tutto e di tutti quegli argomenti che siano, a qualche livello, rilevanti per la persona.

Il terapeuta persegue l'obiettivo di sottolineare ed enfatizzare i canali di movimento che la persona può aprire per se stessa e dato che "il cliente è l'esperto", grande spazio può essere dedicato alle attività spontanee e alle aree vocazionali, aree in cui ipotizziamo che risiedano le costruzioni maggiormente permeabili nel sistema del cliente.

Amare in questo caso significa conferire all'altro la scelta delle aree da cui partire e accettare di sussumere nel nostro sistema di costrutti le dimensioni di significato più elaborative su cui ruota il sistema di costruzione personale del cliente. In questo modo ci poniamo l'obiettivo di partire da aree sottoponibili a evoluzione ed elaborazione per favorire un cambiamento psicoterapeutico che consenta un migliore adattamento relazionale. L'analisi delle attività spontanee permette la comprensione dei costrutti personali maggiormente permeabili e indica quell'area in cui con più facilità la persona è disponibile a fare esperienza e ad applicare nuove costruzioni su sé e sugli altri. In questo modo lo studio degli interessi e delle attività spontanee diventa lo studio dell'intera gamma e varietà dei processi psicologici di una persona, e non solo lo studio di un tipo speciale di attività.

L'attività spontanea è intimamente connessa con la scelta vocazionale che rappresenta anch'essa un'area di costruzioni permeabili. La vocazione occupazionale, infatti, rappresenta un preciso campo di esperienza e ci permette di avere accesso ai costrutti personali più significativi e proposizionali. L'area della vocazione occupazionale è un'area in cui la persona possiede molti costrutti che sono sufficientemente permeabili da permettere che avvenga una cospicua evoluzione successiva. Capire la scelta vocazionale significa sapere qualcosa dei tipi di cambiamento che la persona è preparata ad attuare e di quelle aree che considera un felice compromesso tra sfida e sicurezza. La scelta della vocazione occupazionale, infatti, può essere qualcosa di nuovo e interessante ma non così strano da confondere; è sempre un compromesso tra avventura e protezione. La scelta vocazionale può comunicare anche notizie sul sistema di elementi cui una persona fa riferimento per validare le sue costruzioni (appunto occupazione e colleghi) e questo rappresenta un passo importante nella decisione di quali nuove idee dovrebbero essere sviluppate dal cliente. La vocazione occupazionale quindi è uno dei mezzi principali con cui al ruolo di vita è data chiarezza e significato. Serve come supporto e stabilizzazione contro caos e confusione.

Quando sentiamo i nostri pazienti parlare dei loro interessi e delle loro passioni e di cosa esse significhino per loro cominciamo a immaginarli (proprio come la signora di cui abbiamo parlato nell'introduzione). Li vediamo al lavoro, nelle attività di volontariato, a casa, immersi in ciò che a loro piace di più, dediti a consolarsi, a rilassarsi, a proteggersi dall'ansia e dalla minaccia, a isolarsi, a socializzare. Se siamo disponibili a fare un atto d'Amore, ci lasciamo incuriosire e partiamo da questo terreno sicuro per scoprire nuovi mondi avendo nuovi occhi.

Quello di cui siamo più grate ai nostri pazienti è di averci raccontato pezzi della loro vita, facendoci avventurare in culture personali e mondi diversi. Abbiamo imparato tanto dai nostri clienti affrontando a volte temi e argomenti sconosciuti nei quali loro stessi, ci hanno accompagnato, altre volte soffermandoci su temi che anche noi conosceamo personalmente e che

sono diventate in comune, e con questi temi abbiamo ritagliato spazi di collaborazione, esempi e metafore utili per il processo terapeutico in corso.

Un esempio per tutti di come l'Amore del terapeuta per il cliente incontri l'Amore del cliente per qualcosa e crei una speciale magia.

Un paziente appassionato di calcio mi parla di una partita cui aveva assistito, da solo davanti al televisore, in una serata di particolare disagio personale. La sua squadra aveva perso (come spesso succedeva), ma aveva giocato bene. La squadra per cui tifava era la stessa per cui anch'io tifo e anch'io avevo assistito a quella partita. Mi è venuto "spontaneo" (pensando che fosse terapeuticamente utile per la costruzione professionale che avevo di lui) condividere le impressioni sulla partita e arrivare insieme alla conclusione che in fondo andava bene così, per noi tifosi della Fiorentina non era importante vincere le coppe, ma era importante identificarsi in un colore, in un simbolo, in una fede e in una lotta contro l'impossibile. D'altra parte, ci siamo chiesti, che cosa ci succederebbe se si vincessero qualcosa? Che ne sarebbe di noi e del nostro ruolo nel campionato di calcio italiano? Questi ragionamenti ci hanno permesso di trovare delle analogie con l'esperienza del mio paziente e con il suo desiderio di comportarsi in modo più egoista, di pensare di più a sé. Che ne sarebbe stato di lui, ci siamo chiesti, se fosse stato radicalmente diverso? Che ne sarebbe stato della sua vita e delle sue relazioni? Forse il punto non era diventare egoista o pensare a sé, ma trovare il modo per rispettare le sue esigenze all'interno di un vivo e profondo interesse per le persone intorno a lui. Allo stesso modo per noi sostenitori della Fiorentina non era necessario vincere ma avere soddisfazioni che ci gratificavano di volta in volta e dell'attaccamento a un colore e a un simbolo. "Nella prossima vita", ci siamo detti "facciamo il tifo per la Juve ed io rinasco egoista e strafottente".

Alla fine della terapia il mio paziente ha riparlato di quella volta rilevando quanto gli fosse stata utile l'analogia con la squadra di calcio per sperimentare modi alternativi e non opposti di relazione con gli altri e ha concluso così: "Lo sapevo che la mia squadra mi sarebbe servita anche per questo problema personale!".

Un atteggiamento comune di "amore" per una squadra di calcio e l'"amore" verso una persona, un cliente, mi hanno permesso di costruire con lui una relazione di ruolo, volta a sperimentare un modo diverso di vedersi nel pieno rispetto delle proprie caratteristiche principali. Le costruzioni permeabili quali l'amore per una squadra "destinata a non vincere" ma oggetto di amore proprio per questo, hanno permesso il crearsi di nuove costruzioni e dimensioni di significato che sono state subito applicate alla persona del cliente offrendo nuove sfumature e aprendo nuovi scenari di relazione.

Il cliente è l'esperto. A noi il compito di lasciarsi affascinare e di scegliere contenuti e direzioni che sembrano utili per il cambiamento. Ognuno ha la magia dentro di sé...

Un ringraziamento speciale ai nostri pazienti che ci hanno raccontato delle loro vite e che ci permettono di conoscere, imparare, fare esperienza e di viaggiare verso luoghi meravigliosi.

Riferimenti bibliografici

- Binswanger, L. (1956). *Drei Formen missglückten Daseins: Verstiegtheit, Verschrobenheit, Manieriertheit*. Tübingen: Max Niemeyer. (trad. it. *Tre forme di esistenza mancata. Esaltazione fissata, stramberia, manierismo*. Milano: Il Saggiatore, 1964)
- Binswanger, L. (1963). *Being-in-the world: Selected papers of Ludwig Binswanger*. New York: Basic Books.

Lo psicoterapeuta e l'amore

- Buber, M. (1937). *I and thou* (trans. R.G. Smith), Edinburgh: T. & T. Clark. (Original work published 1923)
- Chiari, G., & Nuzzo, M.L., (2006) Exploring the sphere of between: The adoption of a framework of complementarity and its implications for a constructivist psychotherapy. *Theory & Psychology, 16*, 257-275.
- Chiari, G., & Nuzzo, M.L., (2010). *Constructivist psychotherapy: A narrative hermeneutic approach*. London: Routledge.
- Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton. (Reprinted by Routledge, London, 1991) (trad. it. parz. *La psicologia dei costrutti personali. Teoria e personalità*. Milano: Cortina, 2004)
- Maturana, H.R., & Varela, F. J. (1987). *The tree of knowledge: The biological roots of human understanding*. Boston: New Science Library. (Original work published 1984)
- Maturana, H.R., & Davila, X. (2006). *Emozioni e linguaggio in educazione e politica*. Milano: Eleuthera.

Gli Autori

Mara Ognibeni è psicologa, psicoterapeuta, didatta dell'AIPPC e della SITCC, e lavora come Didatta alla Scuola di specializzazione del CESIPC di Firenze e come terapeuta individuale e di coppia sia ad Ancona che a Firenze. Da tempo considera la relazione terapeutica un suo specifico campo di interesse cui ha dedicato diverse pubblicazioni. Si occupa altresì di formazione, sia individuale che di gruppo, con attività di supervisione e di didattica in Corsi ministeriali di Formazione per psicoterapeuti.

Email: m.ognibeni@fastnet.it



Ombretta Zoppi, psicologo e psicoterapeuta, lavora come libero professionista nell'ambito clinico e collabora come consulente con agenzie formative. Didatta dell'AIPPC nell'ambito della formazione pratica nella Scuola di specializzazione del CESIPC di Firenze. I suoi interessi si focalizzano sulla teoria dei costrutti personali applicata ad interventi di formazione di gruppi che operano nel settore turistico e sulla formazione e supervisione degli allievi nei vari campi della psicoterapia.

Email: omzoppi@tin.it



Citazione (APA)

Ognibeni, M., e Zoppi, O. (2014). Lo psicoterapeuta e l'amore. L'amore non lo canto, è un canto di per sé. *Costruttivismi, 1*, 34-41. doi: 10.23826/2014.01.034.041. Disponibile da <http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.034.041.pdf>.