

## **Setting inusuali e procedure creative nella psicoterapia costruttivista: introduzione al numero speciale**

### ***Unusual settings and creative procedures in constructivist psychotherapy: An introduction to the special issue***

**Claudia Casini**

*Psicologa, psicoterapeuta, vicedirettrice e caporedattrice di Costruttivismi*

Questo numero esce alla fine di quello che nella mente di tutti resterà “l’anno del Covid-19”: un periodo difficile, che ha stravolto le nostre vite e che ci ha messo di fronte alla necessità di reinventarle in molti aspetti sia personali che professionali.

Come psicoterapeuti, tra le altre implicazioni più o meno soggettive che per ciascuno di noi ha avuto questa pandemia, è indubbio che abbiamo dovuto ripensare il setting terapeutico: al di là degli elementi imprescindibili e invariati (mi riferisco in particolare all’osservanza degli aspetti deontologici), è innegabile che allo “spazio” della terapia siano stati chiesti innumerevoli cambiamenti.

Molti di noi hanno trasferito il setting nella modalità online. In questo modo siamo entrati per la prima volta nelle camere o nei salotti dei nostri pazienti, ma anche nelle auto, nei balconi o in qualsiasi altro luogo permettesse a questi ultimi di sentirsi tutelati dal punto di vista della privacy. Le implicazioni di tale mutamento nella relazione e nel percorso terapeutico sono state molte, e non necessariamente negative: c’è chi, dapprima scettico, si è poi piacevolmente stupito perché ha comunque sentito una “connessione” pur nella distanza fisica, c’è anche chi addirittura ha compreso meglio alcune caratteristiche dei propri pazienti che fino a quel momento non aveva colto appieno. Per esempio, c’è chi ha visto pazienti che aveva sempre sentito freddi e distaccati accarezzare con grande tenerezza i propri animali domestici, o chi si è meravigliato del disordine nella camera da letto di pazienti che si narrano come ossessivi, o chi ha potuto toccare con mano certe “invasioni” familiari.

Anche il setting in studio è cambiato: le sedie o le poltrone sono più distanti, ci sono igienizzanti, il contatto fisico è assente e soprattutto si indossano le mascherine. Insomma, la prossemica dei corpi e la mimica facciale, entrambe così importanti per il lavoro terapeutico,

hanno dovuto assumere nuove configurazioni. Personalmente, per esempio, all'inizio mi sono resa conto che in presenza mi veniva da muovere di più le mani, tenere più alto il tono della voce e socchiudere gli occhi più spesso, come per far capire che ero concentrata e partecipe nonostante le nuove limitazioni.

Non è stato facile per nessuno, eppure ce l'abbiamo fatta. Ci siamo riorganizzati e riattrezzati. Abbiamo fatto di tutto per esserci, come riuscivamo, come potevamo. E questo numero vuole proprio approfondire, ma anche un po' celebrare, l'adattamento creativo di cui, come psicoterapeuti, siamo e siamo stati capaci, e non solo per quel che riguarda il setting. Per questo abbiamo scelto di raccogliere contributi che ci raccontano di setting inusuali e procedure creative nella psicoterapia costruttivista.

Il primo articolo, dopo quanto detto, non poteva che essere un'approfondita riflessione sull'esperienza di terapia online in videochiamata, della quale Fornari e Terranova analizzano sapientemente i chiaroscuri, le peculiarità e le differenze con la terapia in studio. Il secondo, di Bernardini, esamina il possibile apporto che la *mindfulness* relazionale può dare alla psicoterapia, attraverso la trasformazione delle sei istruzioni meditative dell'*Insight Dialogue* di Kramer in spunti per supportare e migliorare la presenza del terapeuta nel qui-e-ora della seduta. Segue il contributo di Pucciarelli, che si occupa dell'utilizzo del metodo librotterapico e della lettura all'interno della psicoterapia, funzionale tra l'altro a favorire l'autoosservazione, il contatto con se stessi, l'elicitazione di riflessioni e vissuti emotivi. Il quarto articolo, di Bisan, Merlo, Bressan e Toniolo, ci porta a fare un viaggio nella "Terra di mezzo", un servizio per adolescenti che utilizza il setting in modo stimolante e flessibile. Provedi e Mariotto, poi, ci illustrano una situazione particolare: la conduzione della psicoterapia in una lingua diversa da quella madre del paziente o del terapeuta. Nel corso della lettura, attraverso molteplici testimonianze, gli autori approfondiscono le implicazioni, i limiti e le possibilità di questa circostanza sempre più diffusa. Il sesto contributo, di Gori, racconta dell'uso di un videogioco nella psicoterapia con un ragazzo di 11 anni, strumento che ha permesso a quest'ultimo di costruire nuove narrazioni metaforiche, promotrici di importanti cambiamenti. Infine l'ultimo articolo, di Cattivelli, fa un parallelo tra il senso della psicoterapia costruttivista e il lavoro dell'artista olandese Escher, che in molte sue opere permette di osservare la coesistenza simultanea di realtà opposte, dando una "logica all'assurdo" e uno spazio all'impossibile. Pur non trattando specificamente del tema di questo numero, ci sembrava una calzante metafora di ciò che abbiamo dovuto fare all'interno del setting davvero inusuale di questo 2020: far coesistere simultaneamente distanza e vicinanza, costruendo creativamente dei modi inediti per essere-insieme-nonostante.

Buona lettura.

### **Citazione (APA)**

Casini, C. (2020). Setting inusuali e procedure creative in psicoterapia costruttivista: introduzione al numero speciale. *Costruttivismi*, 7, 1-2. doi: 10.23826/2020.01.001.002