

Essere psicoterapeuti o fare gli psicoterapeuti?

Mi complimento con il giovane collega per la franchezza e l'immediatezza del suo intervento *Counselor: chi "strangolare"?* (Articolo).

Un esempio "in carne ed ossa", vivace e molto eloquente che mette in luce la fragilità del nostro mestiere, gli abusi, i fraintendimenti e i giusti sentimenti di chi, dopo anni di impegno e fatica, sta per entrarci o ci è appena entrato.

Le mie posizioni ideologiche e politiche sulla figura del cosiddetto counselor sono note e in una qualche misura pubbliche, perciò non mi devo preoccupare troppo (spero) di essere frainteso. Così inizio dicendo che non mi stupisce tanto quel dialogo, che nella sua sostanza qualifica non tanto una differenza fra un counselor uno psicologo, tanto quanto una differenza nel modo di concepire la psicoterapia e la necessaria formazione per poterla esercitare. In effetti, non si può certo sostenere che solo i counselor la pensino in quel modo...!

Comunque sia c'è una differenza, come mi piace dire, fra chi pensa che per poter fare questo mestiere si debba essere uno psicoterapeuta e chi pensa che si debba fare lo psicoterapeuta.

Questo principio, per me, vale per qualsiasi forma di psicoterapia, indipendentemente dall'indirizzo di riferimento, dalla tecnica impiegata e dalla durata del rapporto. Ciò che qualifica la psicoterapia come una relazione d'aiuto professionale (e non altro), è strutturalmente la presenza di un ruolo, di un setting e ovviamente di una domanda; del setting e del ruolo ovviamente risponde, a tutti i livelli, anche normativamente, l'operatore che si dichiara tale;

l'altro, il paziente, non ha responsabilità a tale riguardo. Il paziente non è in grado, il più delle volte, di differenziare ruoli, finalità, caratteristiche e limiti di certi percorsi di cura piuttosto che di certi altri. La responsabilità di chi sta male o di chi chiede aiuto, a qualsiasi titolo e per qualsiasi motivo, è di dichiararsi soggetto di una domanda di cui quasi sempre ne ignora la portata, nient'altro. Per queste ragioni, per me, non valgono le "giustificazioni" o le pretese (talvolta le protervie) di chi sostiene che "quella tal pratica non è terapia" o "quell'altra è solo consulenza" o altro ancora; invito infatti chiunque a trovare delle differenze che non siano soltanto nominalistiche.

Soprattutto credo non sia compito nostro, di terapeuti ci tengo a puntualizzare, "segnare il limite", di dove il paziente e fin a che punto possa e debba andare e quindi cosa fare: analisi? terapia? sostegno? consulenza? Il paradosso è che, il cosiddetto counselor, è spesso alle prese, mi pare, con domande assai difese e confuse (che il paziente nega di considerare come bisogni di terapia), e quindi dovrebbe essere già un terapeuta "finito" e anche abbastanza esperto. Questo, proprio per permettere al paziente di fare ciò di cui lui ha bisogno (ma che ancora non sa) senza influenzarlo.

L'impressione è che, invece, sul necessario e benefico *rischio* di andare "oltre", di accompagnare cioè il paziente al di là di ciò che illusoriamente chiede, seppur talvolta all'interno di un significativo rapporto emotivo, si inneschi una collusione difensiva e salvifica sia per l'operatore che per il paziente.

Lo ripeto, questa secondo me non è prerogativa dei counselor ma fa la differenza fra l'essere uno psicoterapeuta e il fare lo psicoterapeuta. Purtroppo, a livello formativo si accreditano e si autorizzano con titoli e riconoscimenti, modelli e tecniche di intervento che rinforzano e occultano queste difese anziché, come si dovrebbe, farle emergere,

trattarle, vederle nella loro complessità. Talvolta il risultato è di far credere di essere "pronti", *politically correct* entro "certi limiti".

Il punto è, secondo il mio modo di concepire il nostro mestiere, che non sia propriamente questo tipo di correttezza quella di cui il paziente abbisogna. Purtroppo, ciò che viene certificato (e non sto sostenendo che c'è sempre inganno) come "sapere tecnico" può facilmente eludere la consapevolezza di una collusione che, ormai diventata istituzionalizzata in quanto "sapere certificato", assume carattere di garanzia sia per l'operatore che per il paziente.

Secondo la mia concezione è dunque mistificante qualsiasi "tecnica" e "titolo" che si ponga a priori degli obiettivi circostanziati e definiti a priori dal proprio *modus operandi*, in quanto possono essere non i limiti del paziente ma dell'operatore.

Ciò che a parer mio, a qualsiasi livello formativo, si dovrebbe tendere è il riconoscimento di un percorso che consenta all'operatore, in relativa sicurezza, di assumersi l'onere di un rapporto che anche per lui potrebbe risultare coinvolgente e destabilizzante. Proprio perché, diversamente da come crede la counselor in questione, non esiste una relazione di cura in cui *c'è chi sta male e chi guarisce*. Che lo si voglia ammettere o meno, ciò che accomuna paziente e operatore è, soprattutto all'inizio del suo percorso formativo, la medesima ricerca di verità e di benessere personale. In questo senso le domande di formazione, qualsiasi domanda di formazione, sono per loro natura innanzitutto domande di cura; ed è in questo interstizio, fra la cura di sé e la cura del proprio paziente che si pone tutta l'avventura formativa a cui mi pare faccia riferimento il collega e di cui sembra invece totalmente ignara la counselor.

Qui, ovviamente, si entra nelle singolarità delle proprie soggettività, messe professionalmente a disposizione

dell'altro, ma si esce dalla genericità del "counseling" che non necessariamente, mi sembra, le presuppone .

In quel dialogo, il collega si stupisce e si infastidisce che la counselor dica "ho fatto crescere due figli, credo di essere stata una buona madre, perché non posso fare anche io la terapeuta?"; appunto "fare" la terapeuta; ma perché no? È una donna sposata, di 50 anni, con due figli ormai adolescenti, si presume sia una persona matura, coscienziosa, che conosce la vita, ecc. Ma questo può bastare? Non voglio nemmeno mettere in discussione le risorse e le qualità di chicchessia; l'umanità, l'esperienza di vita, la ricchezza emotiva di tanti operatori che in diversi ambiti lavorativi, ma anche nel volontariato, si mettono al servizio della sofferenza altrui senza magari che nemmeno il proprio ruolo professionale glielo richieda.

Ma tutto ciò non è ancora sufficiente se non ci si interroga sulle proprie motivazioni, sul proprio desiderio, sulle proprie vicissitudini che molto spesso hanno portato, proprio a causa di queste, a voler occuparsi degli altri. Insomma, sono certamente le qualità necessarie per incominciare a curare le proprie ferite ma non certamente sufficienti a curare quelle degli altri. Ne è a riprova "l'imbarazzante" curiosità della counselor: "scusa, ma perché sei stato così..... da averci messo tanti anni per arrivare al risultato a cui io sono arrivata in pochi anni?".

Concludo, condividendo lo sfogo e il livore del collega ma mi permetto di suggerirgli che, almeno, per quella sua posizione di maggior consapevolezza e realismo che lo colloca a una notevole distanza personale, oltre che professionale, dalla counselor, non abbia solo a sentirsi privo di ottimismo e rassegnato ma anche orgoglioso e soddisfatto di sé per dove fino ad oggi è arrivato.