

PREFAZIONE al volume

F. Mori - Il terapeuta come persona: riflessioni notturne su psicodramma, psicoterapia, ipnosi, prendersi cura – Società editrice Il Ponte Vecchio, Cesena, 2021

Il terapeuta come persona, ovvero la rilevanza della dimensione personale nella cura e la centralità della formazione personale del curante.

Questa tematica ha attraversato la formazione degli psicoterapeuti fin dagli inizi, della psicoanalisi in primis, ma anche degli altri approcci terapeutici che si sono affacciati sulla scena della cura nel secolo scorso. Questo dibattito si è riproposto in Italia in occasione dell'istituzione delle scuole di Specializzazione in psicoterapia (D.M. 11 dicembre 1998 n. 509), ove si sono confrontati orientamenti che accentuavano la rilevanza della formazione personale del terapeuta rispetto ad altri che privilegiavano la formazione teorica e tecnica.

Il terapeuta come persona non sembra avere particolare spazio e interesse negli ultimi anni, nonostante questo aspetto abbia rilevanti implicazioni nella pratica e negli esiti della cura oltre che nell'etica della cura.

Il libro di Fabrizio Mori si colloca controcorrente rispetto al dibattito attuale e riporta al centro la dimensione umana e personale dell'atto di cura, nel panorama variegato delle tecniche, delle specializzazioni e dei metodi di cura.

Negli ultimi decenni abbiamo assistito ad un cambiamento e ad un'evoluzione positiva della preparazione professionale e dell'intervento psicologico e psicoterapeutico. La formazione di psicologi e psicoterapeuti ha curato maggiormente la preparazione teorica e il collegamento interdisciplinare (vedi l'apporto delle neuroscienze), oltre che l'attenzione alla validazione degli strumenti e alla ricerca su esiti ed efficacia di metodologie e tecniche terapeutiche.

D'altro lato questo processo presenta anche rischi e limitazioni.

In primis il rischio di parcellizzazione delle pratiche di cura, di monointerpretazione del singolo problema e di scelta delle tecniche di cura perché funzionano (secondo i dati di ricerca o la pratica dei servizi), perché sono maggiormente conosciute o pubblicizzate, o perché vengono maggiormente richieste dalle persone.

Un altro rischio, a mio parere più rilevante, è quello di trascurare un aspetto centrale, che è patrimonio della cultura psicologica e psicoterapeutica: l'attenzione alla unicità e alla globalità della persona e della sua verità soggettiva, che va oltre le categorie diagnostiche e il problema presentato. Strettamente connesso a questo aspetto è l'attenzione alla relazione di cura (e in senso lato al prendersi cura della persona o delle persone in ambito clinico). L'attenzione alla relazione di cura ha come corollario imprescindibile l'attenzione alla persona del curante e conseguentemente alla sua formazione personale (che non è solo formazione al ruolo professionale, ma cura delle emozioni della cura, percorso formativo personale e umano). Questo percorso considera ed è attraversato dagli aspetti valoriali ed etici, che non si esauriscono con l'adesione al codice etico e deontologico della professione.

La necessità di una formazione personale del curante è patrimonio peculiare della cultura formativa psicoterapeutica, particolarmente di quella psicoanalitica e psicodinamica in senso lato.

Ancor più questa dimensione è stata considerata centrale nella formazione psicodrammatica. Il Moreno Sanatorium (diventato poi Moreno Institute), con all'interno il primo Teatro di Psicodramma, vede la sua nascita nel 1936 a Beacon, New York.

“Gradualmente Beacon divenne il centro per la formazione di psicodrammatisti e psicoterapeuti di gruppo provenienti da ogni parte del mondo. Anche durante la seconda guerra mondiale ebbe un costante flusso di visitatori e studenti dall'Europa, il cui numero aumentò sensibilmente dopo la fine del conflitto.” (Zerka T. Moreno).

Il modello formativo era incentrato sulla pratica esperienziale dello psicodramma che si integrava gradualmente con la formazione al ruolo di io ausiliario professionista, con la formazione teorica e con la formazione al ruolo di direttore di psicodramma.

Zerka Moreno in uno dei suoi seminari formativi negli anni ottanta in Italia presso lo studio di psicodramma di Milano rispondeva in questo modo alla domanda sui requisiti formativi necessari per un direttore di psicodramma: “Fare tante volte e non smettere mai, di fare il protagonista nello psicodramma”.

Questa risposta risuona in una delle citazioni nel libro di Fabrizio Mori, in relazione alla formazione del terapeuta: “si deve mettere in scena molte volte sè stessi ed il proprio mondo di relazioni, per diventare bravi direttori di psicodramma”.

La formazione del curante è inevitabilmente una formazione continua, che non si esaurisce con l’aggiornamento professionale, ma richiede un percorso continuativo, un’attenzione alla cura di sé da parte del terapeuta. La cura di sé è la condizione per curare l’altro ed è lo sfondo su cui si colloca l’atto terapeutico (“medice cura te ipsum”, medico cura te stesso). La cura di sé si intreccia pertanto con il concetto di responsabilità professionale e umana verso i pazienti e implica la disponibilità a non interrompere il percorso di crescita umana e di ricerca da parte del curante.

Il libro di Fabrizio Mori riporta l’attenzione su questi temi, e sull’intreccio tra formazione personale e professionale. Non è un libro sulle tecniche psicodrammatiche o psicoterapeutiche ma sul percorso e sul viaggio psicodrammatico e umano che curante e curato devono intraprendere. In questa prospettiva l’atto di cura è un incontro unico di esseri umani che trasforma e interroga terapeuti e pazienti.

“Nello sbobinare e trascrivere la seduta di psicodramma, mi sono reso conto che quella è stata anche una preparazione per me ad accompagnare e attraversare la morte dei miei genitori, che se ne sono andati a fine estate dello stesso anno. Ho appreso così che ci sono delle conduzioni e delle condivisioni che, anche quando non lo sappiamo ancora, assumeranno un ulteriore significato per noi nei mesi e anni successivi...” (F. Mori)

L’unicità della relazione di cura pertanto non può essere ridotta a regole, tecniche standard o procedure, ma implica una costruzione processuale che confronta regole e trasgressione, trasgressione tanto più salutare e curativa se sorretta da un solido percorso formativo personale, umano e etico da parte del terapeuta.

“Non mi trovo a volte a mio agio con il termine: “regole”, come del resto con il termine “setting”, sono schemi di funzionamento, tanto più efficaci talvolta, quando vengono trasgrediti... Credo che avvenga qualcosa di terapeuticamente significativo con il paziente quando si condivide insieme una trasgressione, è come se un’uscita temporanea dai ruoli permetta poi di rientrare in modo più saldo negli schemi codificati dal setting (non vengono abbandonati, ma solo temporaneamente sospesi...), è qualcosa che non era previsto, neanche dal terapeuta e rimanda ad una dimensione d’incontro fra persone appartenenti ad una stessa umanità, al di fuori dei ruoli, lì accade qualcosa di significativo, nella meraviglia di entrambi” (F.Mori).

Questo libro è dedicato a chi si occupa di cura, cura degli altri E di se stessi.

Luigi Dotti

psicologo psicoterapeuta, direttore di psicodramma

Provaglio d’Iseo, giugno 2021

