

## **Il ruolo dell'analista: un cammino nella sofferenza**

Cosa spinge una persona a diventare analista?

Molto probabilmente il desiderio di *capire se stessi e capire gli altri*. La necessità di conoscere e comprendere gli altri non nasce mai per caso, deriva piuttosto dal fatto che l'esistenza non scorre più placida e tranquilla ma è costellata da ostacoli o, comunque, da una dissonanza di fondo.

Spesso le asperità con cui è possibile confrontarsi sin dalle fasi più precoci della vita costringono a porsi continuamente domande, interrogativi che permettono in modo direi quasi "naturale" di capire l'altro. Potremmo parlare di una sorta di *imprinting iniziale* che scaturisce, ad esempio, dalla sensazione di non essere compresi dai nostri genitori, o dalla impossibilità di comprenderli noi stessi. Di simili esperienze e sensazioni rimane allora questo *imprinting*, un "marchio" che porteremo con noi tutta la vita.

Aldo Carotenuto ha parlato e scritto di questa particolare dimensione, definendola come una "ferita", una lacerazione che sanguina continuamente perché non si rimargina mai.

*Questa situazione interiore può inizialmente essere giudicata in modo negativo, tuttavia dovremmo guardare ad essa con occhi benevoli perché, se la ferita si rimarginasse, noi non avvertiremmo più quella forte e inarrestabile spinta che ci permette di portare avanti il nostro lavoro.*

Non si può essere psicologi se non si avverte internamente una problematica che ci spinge ad aiutare l'altro, il bisogno di "soffrire con i miei pazienti". Ecco perché posso affermare con certezza che ogni *analisi è in realtà un'autoanalisi*: è come se noi, interrogandoci sui problemi dell'altro, ci interrogassimo continuamente sui nostri problemi. (A.Carotenuto)

Se non avessimo quella ferita sempre aperta non sarebbe possibile né interrogarci sui nostri problemi, né trovare risposte effettivamente utili alle difficoltà dell'altro. Se la ferita si richiudesse, non potremmo più dare niente al nostro paziente, il quale sente di ricevere solo nel momento in cui noi analisti gli diamo qualcosa che ci appartiene realmente, che fa parte del nostro mondo interno. Naturalmente, per avviare il paziente sulla strada della trasformazione psicologica, tutto ciò non può essere sufficiente e per lavorare con criterio occorrerà mettere a punto specifiche strategie, modalità tecniche, studiare moltissimo, in modo rigoroso e sistematico.

L'esperienza acquisita ha indubbiamente un valore enorme, tuttavia nel nostro lavoro, forse più che in ogni altro, valgono molto anche la sensibilità, il tatto e il modo in cui riusciamo ad impiegarli.

L'abilità dello psicologo deriva proprio dall'esperienza e da una sensibilità particolarmente affinata.

Man mano che ci sviluppiamo come analisti e accresciamo la nostra esperienza, ad un certo punto troviamo il coraggio di abbandonare le sicurezze fittizie per mettere in gioco noi stessi.

Nel momento in cui ci rendiamo conto di agire in prima persona, significa che ci siamo "liberati dall'ombra del maestro": siamo proprio noi che con originalità ci

comportiamo secondo uno stile personale. Non dobbiamo dimenticare che la ricerca del proprio stile è forse l'unico vero compito.

Impariamo ad esempio ad assumerci la responsabilità del fatto che dalla problematica psicologica non si guarisce mai ma s'impara a convivervi. E' molto duro quando il paziente deve confrontarsi con questa verità.

Lo stile personale è ciò che ci rende veramente unici, inconfondibili, che permette di differenziarci anche tra una folla di terapeuti, che rende possibile distinguere il singolo in base allo stile personale che lo caratterizza.

Quando qualcuno suona alla porta non cerca infatti un super-esperto di Freud o di Jung: il paziente in quel momento desidera parlare con *quel* terapeuta, con *quella specifica persona*, e certamente non con la scuola che abbiamo frequentato o con il fondatore della nostra dottrina di riferimento.

Nel momento dell'incontro fra terapeuta e paziente, solo questi due esseri umani esistono e se decidono di intraprendere un cammino insieme ciò accade perché l'incontro di quelle due persone ha funzionato.

Acquisire uno stile personale però non è semplice, è una conquista, il risultato di un intenso e lungo lavoro: si è contraddistinti da un proprio stile solo dopo aver lavorato moltissimo. Raggiunto questo livello sarà quindi possibile aiutare realmente il paziente che, forse per la prima volta, avrà finalmente l'occasione di confrontarsi con una persona, non con le sembianze di questa o con il suo bagaglio culturale, ma proprio con un essere umano nella sua globalità.

Il paziente potrà veramente essere aiutato perché non riceverà risposte filtrate attraverso le conoscenze, bensì risposte autentiche, ossia derivanti direttamente dall'esperienza del terapeuta.

Il vero fine del cammino analitico è quello che il paziente, sostenuto dal terapeuta, sia messo nella condizione privilegiata di "inquadrare meglio le ragioni del suo disagio".

Spesso si sente parlare di guarigione, occorre piuttosto utilizzare termini quali "contenimento" e "senso". Quello che i terapeuti fanno è ristabilire la condizione di fiducia primaria, il paziente potrà riuscire a dare significato a ciò che gli succede giorno dopo giorno.

Il problema con il quale poi ogni paziente ci impone di confrontarci, e con cui esso stesso è impegnato, è quello di fare una scelta. "Cosa devo fare?", "Come devo comportarmi?", sono questi gli interrogativi che serpeggiano silenziosi, o che vengono gridati a piena voce nel *setting* durante la terapia. Ebbene, è in quei momenti che dobbiamo ricorrere a tutta la nostra forza: non è indicando al paziente la strada da seguire, sebbene possiamo già aver individuato "la migliore", che lo aiuteremo, non è dicendo cosa deve fare che gli permetteremo di crescere, non siamo noi che dobbiamo forgiare il suo destino perché solo lui, vivendo, potrà diventarne l'artefice.

Si cerca, infatti, di far vivere al paziente la dimensione che lui in quel momento sta attraversando.

Così, per esempio, se un paziente confida di "sentire delle voci", l'analista non penserà che quelle voci siano il primo segno di una disfunzione o di una patologia di grave entità, non cercherà di soffocarle e non metterà il paziente in guardia contro di

esse, il terapeuta penserà che si tratti delle sue voci, della voce del suo mondo interno e che, come tale, ad essa vada prestata tutta l'attenzione possibile. Se quelle sono le "sue voci", l'analista dovrà ascoltarle con lui, leggerle, cercare di tradurle.

In conclusione mettere a nudo il proprio modo d'essere, lavorare utilizzando la nostra individualità, significa non solo riuscire ad aiutare chi soffre, ma esporsi in prima persona alle insidie, ai pericoli e alle vertiginose cadute che spesso la terapia comporta.

La vera sicurezza non può esserci regalata, non può essere alimentata dai titoli, dai pezzi di carta, da sofisticate etichette; in questo lavoro più che mai la sicurezza è una nostra conquista, il risultato di un coraggioso "mettersi in gioco". Acquisita questa sicurezza, potremo riuscire a compiere il passo successivo: dare di ciò che accade una interpretazione completamente nostra, autentica, svincolata da dottrine o testi; una interpretazione "rivoluzionaria" perché capace di offrire una nuova lettura degli eventi.

Dott.ssa Maria Galantucci