

Recensione di **Roberto Mazza**¹

del testo di

Giuseppe Vinci *Essere Terapeuti. Forza e fragilità dello psicoterapeuta e della psicoterapia*
Alpes Editore, Roma 2021, pag. 140

(Pubblicata in TERAPIA FAMILIARE

Rivista interdisciplinare di ricerca ed intervento relazionale - Family therapy. International Review of Research and Relational Intervention

Fascicolo 128/2022)

“Bisognerebbe saper attendere e raccogliere, per una vita intera e possibilmente lunga, senso e dolcezza, e poi, proprio alla fine, si potrebbero forse scrivere dieci righe valide. Perché i versi non sono, come crede la gente, sentimenti (che si acquistano precocemente), sono esperienze. Per scrivere un verso bisogna vedere molte città, uomini e cose, bisogna conoscere gli animali, bisogna capire il volo degli uccelli e comprendere il gesto con cui i piccoli fiori si schiudono al mattino. Bisogna saper ripensare a sentieri in regioni sconosciute, a incontri inaspettati e congedi previsti da tempo, a giorni dell’infanzia ancora indecifrati, ai genitori...” (Rainer Maria Rilke, «I quaderni di Malte Laurids Brigge»)

Appartiene a questo genere di pensiero il bel libro di Giuseppe Vinci (didatta e già Direttore della Scuola di Psicoterapia Change di Bari) uscito in questi giorni per Alpes Editore.

Per sapere, per aiutare, per scrivere bisogna essere tante cose. “Ai fini della comprensione di molteplici aspetti del funzionamento umano, nella sua bellezza e nella sua tragicità, tanti libri “scientifici” sono poca cosa se confrontati con la ricchezza che può arrivare dalla lettura di un verso, o di un romanzo, o dal ragionamento di un filosofo, o dalla riflessione di un antropologo oppure di un analfabeta equilibrato e saggio, se abbiamo la fortuna di incontrarlo e di ascoltarlo. Oppure, ancora, da ciò che nella mente può essere evocato da una scultura, da un’opera pittorica, o da una musica, inaspettatamente capaci a volte di toccare, svelandole, emozioni profonde. Come raggiungendole attraverso un collegamento invisibile che ha aggirato, beffandola, la sorveglianza difensiva del raziocinio” (Vinci, p. 2)

Si tratta di un testo che racchiude e trasmette l’esperienza di una buona parte della sua vita, una vita professionale e clinica intensa, di terapie, supervisioni, formazione, ma anche delle molte letture che l’hanno accompagnata, quelle filosofiche e letterarie, e quelle politiche, oltreché cliniche. Ha visto naturalmente mondi, osservato orizzonti..., può permettersi quindi di scrivere “dieci righe valide”, cariche di saggezza, umanità e forte senso etico, in cui condensa “gli aspetti essenziali” della psicoterapia, i nuclei più profondi e importanti del lavoro clinico che ogni psicoterapeuta dovrebbe conoscere.

Non credo che Vinci avesse già un piano quando ha iniziato a scrivere questo libro, penso piuttosto che i temi gli siano sgorgati lentamente, gli si sia srotolato un pensiero già scritto nei trent’anni (e forse più) di esperienza come psicoterapeuta.

«Nel concreto lavoro psicoterapico ciascuna corretta conoscenza, ciascuna fondata teoria e ciascuna appropriata tecnica non ha mai vita propria, non ha una potenza in sé, ma assume vita e potenza solo attraverso la persona del terapeuta. Si potranno leggere tutti i manuali, apprendere tutte le migliori

¹ *Roberto Mazza* insegna Psicologia e Metodologia dei servizi sociali all’Università di Pisa. Psicoterapeuta e supervisore di formazione sistemica e psicoanalitica, è membro ordinario e didatta della Società Italiana di Psicologia e Psicoterapia Relazionale (SIPPR). Ha pubblicato per R. Cortina: *La famiglia del tossicodipendente* (con S. Cirillo, R. Berrini, G. Cambiaso, 2017), *Terapie imperfette* (2016), *Tra intrapsichico e trigenerazionale*, 2018 (con G. Cambiaso). Per l’Editore Armando, nel 2021, *Le ipotesi in psicoterapia e nella vita* (con G. Cambiaso).

tecniche, ma non serviranno a nulla se non si sarà in sufficiente contatto con sé stessi e in profonda e autentica relazione con la persona che ha chiesto aiuto. È solo la qualità alta della relazione che dà valore ed efficacia alle teorie e alle tecniche scelte e fatte proprie dal terapeuta.» (Vinci, p.7).

Ponendo domande sull'origine e il senso della relazione d'aiuto e del cambiamento, e proponendo di includere la dedizione e l'affettività nel lavoro clinico e nella ricerca Vinci sembra fondare una nuova idea di guarigione basata non soltanto sulla teoria e la tecnica, ma sulla vicinanza, l'ascolto e la comprensione, in una psicoterapia che non trascura mai la ricerca (la terapia sistemica, la psicoanalisi, l'attaccamento, le neuroscienze) ma affonda le radici soprattutto nella relazione e nella necessità di un "amore professionale" (basato sulla competenza di sé del terapeuta) che facilita la costruzione di un nuovo ordine narrativo, non più e non solo interpretativo.

“Mentre svolge il suo lavoro il terapeuta è naturalmente e inevitabilmente sfiorato, o attraversato, da ogni pensiero e sentimento: il rispetto della fragilità della persona che è di fronte, l'interesse profondo per una condizione sofferente e il fastidio per qualche suo segnale di disimpegno, o di sfida; la simpatia oppure l'insofferenza per talune caratteristiche dell'altro; il sentimento dolce dell'utilità e quello amaro dell'impotenza; la contezza di un proprio generoso impegno o della tentazione di usare il potere professionale per propri altri vantaggi; il disgusto per qualcosa che l'altro ha fatto o subito; la preoccupazione di essere giudicati inutili, e scartati; il coraggio di toccare la follia e la paura di restarne contagiati, o precipitarvi dentro; la megalomania dell'indispensabilità e il desiderio di sentirsi utili e riconosciuti come tali (e perciò meritevoli d'amore, finalmente); la forza e l'umiltà del lasciarsi guidare da chi sta male, qualche volta, specie nel lavoro con i bambini, o con chi ha disturbi gravissimi.” (Vinci, p.87)

Difficile farne una sintesi, credo, come di ogni opera il cui potenziale didattico sia la “trasmissione implicita”, quello di favorire pensieri e connessioni e circolarità. Sono molti i titoli che potrebbero racchiudere l'essenza di questo testo dedicato alla “complicata bellezza del lavoro psicoterapeutico”, ne elenco alcuni: l'importanza della cura di sé; i pregiudizi; l'etica; l'amore e la dedizione nella relazione; il senso del “limite” in psicoterapia, ma anche la “biblioteca” umanistica (ideale) per il terapeuta. Alcuni titoli sono segnalati dall'autore in paragrafi, altri tratteggiati a matita, altri ancora emergono alla fine della lettura, attraverso una molteplicità di connessioni.

Non avevo perso il senso etico, né l'impegno civico o politico prima di leggere questo libro. Sono sempre più convinto, con l'autore, che la povertà e le condizioni di disagio sociale rimangano il maggior fattore di rischio per le psicopatologie, ma qualora ci fossimo un po' adagiati le parole di Giuseppe Vinci rianimano, contagiano, ci interrogano su alcune delle nostre derive tecnicistiche, sui protocolli rigidi, sulle etichette diagnostiche “ignoranti”, frutto di giudizi veloci, quelli che spesso diventano diagnosi affrettate e stupide, che condannano le persone a una definizione di sé quasi sempre sbagliata, e condannano il terapeuta alla incomprensione di chi gli sta davanti, valutazione spesso inutile, altre volte dannosa, per le sue conseguenze.

Con questo, Vinci non esclude la “malattia”, ma combatte contro la visione malata che il paziente si attribuisce (attraverso una co-costruzione di significati, dove anche l'Altro ha sempre un suo ruolo). È interessato allo svelamento di ciò che il paziente “ripete” nella relazione terapeutica affinché le storie e le deprivazioni sofferte si “colorino” nella relazione d'aiuto e il racconto prenda altre sembianze, rendendo impraticabili le vecchie strade accidentate e logore, per nuovi e più virtuosi percorsi di crescita e consapevolezza. Il terapeuta è una sorta di mediatore tra la dimensione autobiografica del paziente-vittima e la prospettiva evolutiva e costruttiva dell'esperienza vissuta (non più *a causa di*, ma *grazie a* quella esperienza).

Vinci è uno scrittore evolucionista e sistemico, convinto che vi sia sempre un cambiamento possibile. Viviamo in un sistema di relazioni che ci forgiavano a partire dall'infanzia e cui dobbiamo prendere

coscienza ma dalle quali possiamo evolvere con la costruzione di nuove e più significative esperienze trasformative, attraverso la relazione con l'altro.

È la parola "relazioni" il filo conduttore che attraversa questi differenti nuclei che compongono il libro: non siamo niente altro che relazioni, "relazioni con le altre persone, ma anche con ogni elemento dell'ambiente circostante: l'aria, la terra, la cultura cui apparteniamo, le città che abitiamo. Questo significa che niente si comprende della persona se non si guarda alla sua storia e alle relazioni in cui si è formata". Ma anche il terapeuta stesso non può costruire una relazione significativa con il paziente senza prima prendersi cura di sé, attraverso la terapia personale, in un processo continuo di conoscenza del proprio mondo relazionale ed affettivo, passato e presente, attraverso il contatto costante con colleghi e con i gruppi di formazione e supervisione, e con la capacità di rimanere consapevole dei propri limiti personali, della sua ignoranza di tanti aspetti della persona che ha di fronte, ma ancora e anche di se stesso.

Si tratta di un testo ricco di letture e di ottime connessioni, pieno di esperienza e di umanità. Lo consiglio vivamente a quanti (allievi e colleghi) vogliono provare a sperimentare una lettura che confronta con l'essenza della psicoterapia, una professione speciale che ha a che fare con l'essere-in-relazione, col riconoscere e accogliere le ferite di altri, ma anche le proprie, quelle passate e quelle recenti, per superarle, per sanarle o anche solo per rispettarle.

Roberto Mazza (La Spezia)