

# Conclusioni Seminario

---

M.C. Gislou

Mi sembra utile chiudere questo incontro dando un breve panorama dei principali atteggiamenti concettuali e clinici dell'insegnamento del professore che hanno favorito lo sviluppo di un intervento breve e integrato. Anche per il modello di psicoterapia focale cioè, cercherò di comunicare alcuni principi fondamentali, che costituiscono una base indispensabile per una sua comprensione. L'esperienza sia personale sia di insegnamento nel corso degli anni mi hanno insegnato che c'è il rischio di un apprendimento "frettoloso" o con un atteggiamento di pregiudizio, che determina un circolo vizioso, cioè si riflette in una sua applicazione clinica superficiale, che conferma l'opinione che non serva a gran ché. Cioè per arrivare ad una autentica comprensione di questo tipo di intervento ed evitare il più possibile fraintendimenti o errate valutazioni, così come per una sua corretta applicazione clinica, è importante un apprendimento a livello teorico e un'integrazione con la pratica clinica in profondità. "Abbiamo cambiato il nostro modo di lavorare" detto da coloro che hanno partecipato a questi incontri, naturalmente con una sana curiosità e non ostacolati da pregiudizi o da una posizione competitiva di rivalità, è stata una conferma della importanza di questa impostazione.

***Disponibilità all'integrazione.*** Alla Hopkins University di Baltimora, nonostante fossi ancora fermamente convinta della superiorità della psicoanalisi come modello ideale e unica "vera cura", ho scelto di assistere ad un gruppo ad orientamento cognitivo piuttosto che psicoanalitico, per pazienti depressi. Ascoltando le sedute ho ripensato ad alcuni miei p. che erano stati in grado di utilizzare le mie interpretazioni esclusivamente ad un livello razionale, mentre avevano sistematicamente attuato difese di intellettualizzazione nei confronti di esperienze ed implicazioni emotive. Avrei ottenuto risultati migliori e in più breve tempo utilizzando tecniche cognitive, che, infatti, ho approfondito nella clinica di Beck a Filadelfia. Non avrei indubbiamente potuto fare questa scelta nè accostarmi a questa esperienza con un autentica apertura mentale se non avessi respirato l'atmosfera della bottega d'arte, fortemente improntata ad alcuni principi che definiscono il pensiero di Z.

- sviluppare la capacità di usare la propria intelligenza in modo libero senza delegare in modo acritico alla autorità e alla guida di un altro

- un orientamento al dialogo con le altre discipline o con i diversi modelli all'interno di una stessa disciplina e l'apertura ad apprendere non solo da prospettive nuove ma anche dalla eventuale critica alle proprie teorie e tecniche, possibilità entrambe viste in una prospettiva costruttiva di potenziale arricchimento

- la disponibilità necessaria a rivolgere la propria indagine a riconoscere le evidenze cliniche, che portano a privilegiare il bisogno del paziente rispetto alle proprie ideologie o preferenze.

- ***La specificità dei bisogni*** Ho potuto constatare la portata direi rivoluzionaria di questo concetto naturalmente solo se bene capito, assimilato e tecnicamente fondato su un accurato processo di valutazione. La scelta di utilizzare come schema di riferimento i bisogni e gli oggetti di bisogno, natura e ambiente, fornisce una base operativa rispetto all'integrazione, in quanto orienta ad individuare a quale bisogno specifico dobbiamo rispondere e a scegliere l'oggetto di bisogno, l'intervento, più adatto a dare questa risposta, tra tutti i vari interventi possibili.

***Un atteggiamento etico.*** Negli Stati Uniti, ambiente così diverso da quello da cui provenivo, in cui si viveva il clima descritto da Khun come cambiamento di paradigma, per esempio rispetto alla centralità della psicoanalisi come vera cura, essere psicoanalista, base della mia sicurezza professionale e bussola fino ad allora non messa in discussione, mi ha fatto sentire all'inizio come un nobile decaduto. Quello che mi ha permesso di fare un'esperienza costruttiva da un punto di vista professionale è stato un atteggiamento etico che il professore era capace di trasmettere, per cui la finalità era capire quale, tra i molti possibili, fosse l'intervento più utile al paziente, seguendo il criterio dell'efficacia e non sulla base di un giudizio di valore arbitrario e soggettivo o condizionati da una posizione emotiva di rivalità o di potere.

***La mappa dei poteri*** Ricordo quindi un'altro concetto del p. assolutamente indispensabile per un corretto operare clinico: la necessità di delineare una mappatura dei diversi poteri in gioco nell'ambito di un intervento, che non riguarda solo il paziente e il suo ambiente, ma i rapporti con gli altri professionisti o con gli altri modelli: solo se accettiamo il nostro potere come relativo non divengono motivo di conflitto ma di una integrazione in un'ottica sinergica.

***L'autoterapia e il paziente come insegnante.*** Il rispetto del paziente e dei suoi bisogni che possono essere diversi dai nostri bisogni e ideali, fa parte dell'insegnamento appunto etico che il professore riusciva a trasmettere. Un ulteriore

esempio di questo è la sua capacità di cogliere nelle manifestazioni patologiche, anche le più incomprensibili, e nelle resistenze del paziente, anche le più ostinate e distruttive, l'espressione di tentativi di autocura del paziente. Non dobbiamo - insegnava - pensare di essere solo noi come tecnici e come esperti, i curanti, ma che anche il paziente tenta a suo modo, di realizzare un'autoterapia: dobbiamo quindi svolgere una funzione di intermediazione tra la sua e la nostra cura, modificandone in collaborazione con lui gli aspetti "incongrui". Anche questa è quindi una forma di integrazione, che favorisce una più rapida e autentica alleanza, e un trattamento di maggiore efficacia abbreviandone il corso.

***L'intervento breve*** E, infatti, questi principi mi hanno permesso di avvicinarmi alla possibilità di realizzare un intervento breve, cercando di precisare le condizioni necessarie per una sua efficacia. L'intervento breve allora, ma in parte anche ora, viene in una scala ideale di valori, considerato conseguenza di una "triste necessità", che devo dire, new entry alla società di psicoanalisi, in parte condividevo. Ma un importante insegnamento del p. è stato il principio che essere nel vero non è assoggettarsi alle norme del sapere ma accettare la sperimentazione che ammette la verifica e la rettificazione dell'errore. Ho potuto quindi usufruire dell'insegnamento teorico e clinico di Sifneos, Malan e Davanloo, Bash e soprattutto approfondire il modello evolutivo attraverso rappresentanti quali Cicchetti e Cummings, che ha fornito una insostituibile base al modello di intervento breve che ho potuto in seguito studiare e proporre.

***La resilienza.*** Stesso discorso per la resilienza, concetto che mi ha da subito profondamente interessato e che è divenuto una delle componenti più importanti del modello di psicoterapia focale integrata. Fa parte dell'insegnamento del professore accostarsi al paziente come individuo con debolezze e vulnerabilità ma anche risorse e potenzialità, come agente attivo nel suo processo di cambiamento, per cui tra terapeuta e paziente si instaura un processo collaborativo, nell'ottica di una mediazione tra modalità disfunzionali e costruttive, tra terapia e autoterapia. Mi sono interessata al concetto di resilienza come a qualcosa di già conosciuto e familiare i cui principi già conoscevo nella loro possibilità di applicazione clinica. Questo ha facilitato la possibilità di utilizzarlo come una delle componenti più efficaci nella strutturazione di un intervento di psicoterapia breve, che aiuta fin dall'inizio a mantenere una visione completa della persona.

***In conclusione.*** Ho cercato in questo breve discorso di mettere in rilievo gli elementi che possono favorire un'attitudine in cui la flessibilità e la curiosità permettano di

utilizzare al meglio il corpo di conoscenze già esistente ma anche di imparare a riconoscere la validità del nuovo e il diverso rispetto a cosa già sappiamo e pratichiamo e quindi a valorizzarlo. L'obiettivo è quello di trovare in ogni momento o fase dell'esistenza la possibilità di un adattamento costruttivo che sempre di più la complessità del mondo in cui viviamo richiede. Questo ha lasciato il professore come eredità, a chi naturalmente questo messaggio vorrà ascoltare.

***Maria Clotilde Gislon***, Psicoanalista membro SPI, IPA, Direttore didattico Scuola Psicoterapia Breve Integrata ISERDIP, Milano.