

Giacomo Di Marco

Recensione

Dottore in carne ed ossa – Libretto d'istruzioni emotive per aspiranti psicoterapeuti

Fabrizio Rizzi , Clinamen, 2006 – Euro 13,50

Fabrizio Rizzi è uno psicologo che è riuscito a guadagnarsi un sorprendente riconoscimento come scrittore con il libro "**Diario di bordo**" (Bollati Boringhieri,2000) per la peculiarità di descrivere la sua esperienza di psicoterapeuta, con una scrittura che si muove agevolmente tra il saggio scientifico e la narrativa pura, con uno stile chiaro e comunicativo senza essere mai banalmente divulgativo.

Se nella sua precedente opera "**Diario di bordo**" Fabrizio Rizzi ci aveva fornito un intenso resoconto delle peripezie che si incontrano nel viaggio psicoterapeutico, quando è autentico e vissuto reciprocamente dalla coppia con il piacere della scoperta e con il rischio di muoversi nella incertezza, in questo suo "**Dottore in carne ed ossa-Libretto d'istruzioni emotive per aspiranti psicoterapeuti**", ci invita ad una riflessione sul nostro operare come psicoterapeuti, a mettere a fuoco la visione del nostro lavoro, le sue difficoltà ed insidie, ma anche il piacere di scoprire, la ricchezza dell'incontro.

Le sue riflessioni vengono presentate da un entroterra, al confine tra Trentino ed Alto Adige, in una amabile condizione di sospensione del negozio quotidiano. Ed è da questo entroterra che Fabrizio può esercitare uno sguardo più dilatato e intento, più maturo, quasi che la lontananza dall'orizzonte quotidiano e la preoccupazione pedagogica, gli consentano una visione al tempo stesso più vicina e più lontana, in cui le vicissitudini della relazione possano essere sorprese, assunte e rianimate, ridando loro la realtà vissuta e non quella dell'arido resoconto scientifico.

Fabrizio Rizzi, aiutato in questa operazione dalla sua capacità di scrivere in maniera fresca e piana, prova a dire con sincerità l'esperienza dell'umano all'interno della relazione terapeutica.

Le istruzioni emotive non possono che passare attraverso l'esempio e l'esperienza, così Fabrizio Rizzi è costretto ad impegnarsi in una riflessione sul proprio operare e sulla propria identità di psicoterapeuta, senza tralasciare i nodi critici, le difficoltà dell'esercizio di questo strano mestiere.

Cercando di rispondere alla domanda "*che qualità bisogna avere per fare lo psicoterapeuta?*" postagli dal personaggio della giovane aspirante psicoterapeuta, Fabrizio fa ricorso alla sua esperienza clinica, attraverso una ricchezza di esemplificazioni cliniche della sua casistica, e alla sua cultura scientifica, che riesce sapientemente a condensare in frasi comprensibili anche dai non addetti ai lavori. Si tratta di un libro che dietro una apparente semplicità riesce a rendere autenticamente la complessità del mestiere dello psicoterapeuta.

Il titolo di ogni capitolo del libro potrebbe infatti agevolmente rappresentare il titolo di un seminario sulla pratica psicoterapica: si va dalla motivazione a questo lavoro ("*come addomesticare il daimon terapeutico*") alla critica della

ragione nosografica ("i pazienti non sono vasetti di marmellata") al ruolo dello psicoterapeuta ("i consigli vanno bene solo per gli acquisti) alla differenza tra relazioni di aiuto e relazione terapeutica ("curare non significa lisciare per il verso del pelo") al tema più complesso del controtransfert ("ingannevole è il cuore (del terapeuta)" e quello della tecnica ("come maltrattare i pazienti in quattro mosse") sino alla prefigurazione dello psicoterapeuta dal volto umano, umile, coerente e sincero, avendo cura di non cadere nella idealizzazione incombente quando si affrontano simili temi.

Leggere **Dottore in carne ed ossa** è fare l'esperienza di sentire vivo un invito, costante, ma delicato, ad interrogarci sul nostro mestiere di psicoterapeuti. Tale invito risulta quanto mai opportuno in un periodo storico che vede prevalere superficialità, approssimazioni, arte di arrangiarsi, disorientamenti di fragili identità psicoterapeutiche alla ricerca di rafforzamenti esterni.

Ho molto apprezzato il fatto che l'autore parli di *mestiere* e non di professione di psicoterapeuta, ed abbia avuto l'accortezza di non legare questo mestiere ad una specifica professione ma ad una capacità che si può acquisire con esperienza e con formazione.

Il termine "*professione*" è molto asettico e formale. Invece la parola *mestiere*, rimanda concretamente all'idea di un sapere pratico e diretto, al sapere di chi si sporca le mani.

Un buon psicoterapeuta "sa", conosce il mestiere. Ma cosa vuol dire?

"Il mestiere è la capacità che viene maturandosi con l'esperienza di essere tutt'uno con gli strumenti della propria funzione terapeutica, in modo naturale, fisico, istintivo. Non il falso sé della "professionalità", ma la naturalezza del mestiere, che diviene parte integrante di una persona"(Pellizzari).

In **Dottore in carne ed ossa** si può vedere che avere mestiere vuol dire anzitutto essere capaci di fare quello che si può, quello che i vincoli della situazione e delle proprie competenze consentono. Avere costantemente presenti i vincoli, anche quando le mappe esistenti non consentono di orientarsi, e quindi avere capacità di improvvisazione e di fantasia.

Per questo motivo, bisogna imparare a fidarsi della propria sensibilità soggettiva. Coltivarla, non temerla o eluderla, ma amarla

Allora mostrare ed idealizzare il *dottore in carne ed ossa*, non è una operazione voyeuristica di mostrare *il re nudo*, ma vuol dire che la qualità che uno psicoterapeuta deve possedere principalmente è quella di sapere utilizzare il proprio corpo emotivo, di imparare a sentirlo e a conoscerlo.

Il libro consente una messa a fuoco più chiara e più precisa del ruolo e della identità dello psicoterapeuta, non stancandosi di ribadire la differenza tra relazione di aiuto e relazione terapeutica, tra tecnocraticismo e relazione, sottolineando l'esistenza di una gamma di interventi a diverso quoziente terapeutico, specie in ambito istituzionale.

Attenzione però a non lasciarsi sedurre dal *coté* della soggettività del terapeuta, forse eccessivamente accentuato nel libro, per il rischio incombente di scivolare nello spontaneismo, operando contrapposizioni superficiali tra tecnica e relazione. La vera contrapposizione, a mio parere, è quella tra buone e cattive tecniche, e la buona tecnica è quella che si fonda sulla soggettività,

quella capace di mantenere una tensione tra l'arroccamento solitario sulla propria esperienza e la connessione al gruppo degli psicoterapeuti, quella capace di accettare la conflittualità tra "*narcisismo e socialismo*". Ritagliarsi uno spazio per esercitare la psicoterapia non significa solo fissare gli aspetti formali, e pur sempre importanti, del setting, ma dichiarare le proprie competenze, i propri limiti, e quindi mantenere collegamenti, connessioni con altri colleghi, altri psicoterapeuti e il contesto istituzionale.

Questo richiamo al *socialismo* mi consente di valorizzare un altro aspetto del libro il rispetto per il vertice istituzionale che pur non essendo direttamente espresso nel libro ne rappresenta lo sfondo. L'autore è uno psicoterapeuta che lavora in una istituzione pubblica. Mi piace sottolineare questa caratteristica perché Fabrizio Rizzi col suo operare ha concretamente dimostrato in questi anni la possibilità di esercitare un dignitoso lavoro psicoterapico all'interno dell'istituzione, in barba a tante elucubrazioni sul tema, che hanno attraversato la letteratura psicoterapica di questi anni, ed alle interferenze ed ostacoli dovuti alla prevalente mancanza di una condivisa prospettiva di clinica istituzionale.

Una condizione diffusa alla quale spesso si fa riferimento in letteratura è quella della solitudine dello psicoterapeuta.

A tal proposito vorrei affermare che il sentimento di solitudine può pervadere sia lo psicoterapeuta che, lavorando privatamente, ha bisogno di ricostruirsi fantasticamente la comunità dei colleghi, sia lo psicoterapeuta che, operando nei servizi pubblici, si sente solo nonostante la massa concreta di colleghi che gli lavorano a fianco.

Da anni auspichiamo che nei servizi pubblici possa nascere un servizio di psicoterapia, gestito da psicoterapeuti di mestiere e non da medici o psicologi, perché come ci ricorda instancabilmente il nostro autore non è il ruolo professionale a fornire l'identità più autentica di psicoterapeuta.

La differenza tra relazione di aiuto e relazione psicoterapeutica è un concetto che percorre tutto il libro, e mi pare utile fare qualche considerazione al riguardo. Ribadire questa differenza oggi in cui assistiamo ad un crescente interesse verso la promozione della salute e alla esigenza, nell'ambito più generale della sanità, di operare una distinzione tra interventi che si collocano intorno all'asse salute/malattia e interventi che si collocano intorno l'asse benessere/ malessere, è quanto mai opportuno, soprattutto nel campo della salute mentale dove questa distinzione stenta ad affermarsi perché gli interventi slittano facilmente dall'asse salute malattia all'asse benessere/ malessere, se non a quello dell'inserimento lavorativo, anche per la convinzione diffusa, e non esplicitata, che la cura in psichiatria coincida con la riabilitazione. La distinzione tra ciò che è relazione terapeutica e ciò che è relazione di aiuto, e la definizione di corrispettivi ambiti di applicabilità è un tema intorno a cui abbiamo speculato sin dai tempi del dibattito sullo specifico in psichiatria e su cui dobbiamo ancora insistere.