

La psicoterapia della Gestalt durante il COVID-19

Gestalt Psychotherapy during COVID-19



Guardando l'indice di questo numero 2020-2, dedicato alla psicoterapia durante il Coronavirus, provo sgomento per ciò che stiamo vivendo, ma anche pienezza per tutte le iniziative che abbiamo portato avanti nell'Istituto di Gestalt HCC Italy, adattandoci creativamente alla pandemia e alle sue conseguenze. In tutti questi mesi abbiamo cercato in vari modi di fornire supporto dialogico ai colleghi e agli allievi della Scuola di Specializzazione. Consapevoli dell'importanza di rinforzare le difese davanti all'insidia del virus, abbiamo mirato a sostenere la resilienza, fornendo occasioni di dialogo, di riflessione, e di apprendimento riguardo a nuove prospettive antropologiche e tecniche cliniche.

Innanzitutto, il *webinar* su “Dialoghi sulla psicoterapia al tempo del Coronavirus”, organizzato nel pieno del primo *lockdown*, il 15 e 16 maggio 2020, con il desiderio di dialogare tra psicoterapeuti della Gestalt, amici internazionali, e offrire le nostre riflessioni a tutti gli psicoterapeuti. È stato un momento incredibile di emozione, di paura e conforto, per la presenza di circa 900 partecipanti, tutti focalizzati in modo quasi magico sullo stare insieme. Un momento in cui ognuno di noi, come si è detto alla fine, ha trovato le domande e le risposte che hanno consentito di orientarci in ciò che stavamo vivendo.

Susan Fischer, direttrice della rivista americana *Gestalt Review*, era presente (alzandosi alle 4 del mattino) e ha generosamente scritto un report entusiasta per la sua rivista, di cui pubblichiamo la traduzione nella sezione Dialoghi. Gli estratti delle relazioni del *webinar* sono in corso di pubblicazione in una sezione speciale della rivista APA *The Humanistic Psychologist*, dedicata proprio al nostro approccio.

Quaderni di Gestalt (ISSN 1121-0737, ISSN e 2035-6994), XXXIII, n. 2/2020
DOI: 10.3280/GEST2020-002001

Siamo orgogliosi di come questo evento spontaneo, e appropriato al tempo, sia diventato anche una sezione speciale di una rivista così prestigiosa.

Il primo articolo della sezione Relazioni è la traduzione del mio discorso di apertura della 14^{ma} conferenza biennale della AAGT (Association for the Advancement of Gestalt Therapy), svoltasi a Toronto nell'agosto 2018, in cui mi è stato consegnato il premio alla carriera. Ho focalizzato il tema dell'attivismo sociale come cruciale per il DNA gestaltico, e oggi quanto mai importante per orientarci nel ruolo terapeutico in tempi di pandemia. "Il paradigma della reciprocità: come rispettare la spontaneità nella pratica clinica" risponde alla domanda: cosa vuol dire rispettare la spontaneità dei nostri pazienti oggi, quando vediamo problemi gravi di depressione, dissociazione, violenza, ecc.? Qual è il contributo specifico che la psicoterapia della Gestalt può dare? Come si è evoluto l'equilibrio organismo/ambiente e individuo/società in questi anni, e cosa vuol dire occuparsi della società? Attraverso un ampio sguardo sullo sviluppo delle relazioni primarie, sulla società e sulle sofferenze attuali, specie in seguito alla pandemia, arrivo a suggerire degli strumenti clinici, partendo da domande specifiche che lo psicoterapeuta (non solo gestaltico) si pone, allo scopo di fornire il senso di sicurezza che emerge dalla relazione di cura e sostenere la vitalità insita nella sofferenza dei pazienti. Sono emozionata e contenta di potere finalmente offrire anche ai lettori italiani questo contributo al nostro essere psicoterapeuti nel mondo contemporaneo.

Nella sezione Studi e Modelli Applicativi, Giuseppe Sampognaro ci offre una riflessione su "L'estetica del linguaggio nella psicoterapia della Gestalt online". Come un artista del linguaggio, Giuseppe riesce a descrivere un concetto complesso, a cui la terapia della Gestalt potrà sempre più rivolgersi in questa nuova modalità online. Attingendo a idee espresse precedentemente da decani della Gestalt, egli integra sue riflessioni su come l'estetica, fondamentale aspetto del metodo gestaltico, cambi nel setting online. Porta anche esempi toccanti della sua pratica clinica online. È un articolo originale che merita di essere sviluppato ulteriormente in seguito.

Nella stessa sezione, trovate un articolo particolare: una testimonianza e una riflessione teorica sulla didattica online, scritta dagli allievi didatti della sede di Milano (un'area geografica che è stata colpita duramente dalla pandemia sin dal primo *lockdown*), con il sapiente aiuto editoriale di Betti Conte. In "La formazione gestaltica online. Considerazioni degli allievi didatti della Scuola di Specializzazione in psicoterapia dell'Istituto di Gestalt HCC Italy", questi giovani psicoterapeuti che apprendono l'arte dell'insegnamento gestaltico, ci sorprendono per come hanno saputo coniugare l'affetto e la stima che hanno verso il loro gruppo con la competenza teorica. Ringrazio Betti

Conte per avere coordinato questo lavoro, e tutti gli autori, allievi didatti della sede di Milano, per questo sforzo di riflessione, che costituisce una fonte di apprendimento anche per noi.

Nella sezione Gestalt in Azione, Angela Basile, già autrice negli anni passati di pubblicazioni sulla terapia *online*, ci offre una riflessione sulle nuove terapie in remoto diffuse e “imposte” dalla pandemia. In “Fenomenologia ed estetica dell’approccio gestaltico nelle terapie via web”, l’autrice ci guida con uno sguardo epistemologico, chiedendosi in che modo in questo nuovo setting è possibile mantenere i principi metodologici del nostro approccio, per poi dare la parola sia a colleghi che a pazienti, riportando brevi narrazioni tratte dalla loro esperienza.

Nella stessa sezione, Antonio Narzisi, con la collaborazione di Silvia Tosi, descrive in modo semplice e operativo 10 comandamenti per aiutare i bimbi con disturbi dello spettro autistico e i loro genitori a vivere la pandemia con meno stress possibile. Gli autori di “Autismo e Coronavirus (COVID-19) in una prospettiva di campo: riflessioni gestaltiche”, rispettivamente coordinatore e docente del Master sui disturbi dello spettro autistico in prospettiva gestaltica, partono da una prospettiva gestaltica, fenomenologica ed estetica del campo esperienziale del bambino, e aiutano i genitori a porsi come un “ambiente contenitivo” per le ansie dei bambini autistici.

Nella sezione Ricerche pubblichiamo la traduzione di una ricerca sull’efficacia della psicoterapia della Gestalt con il CORE. “La ricerca sugli esiti in psicoterapia della Gestalt: il progetto di ricerca italiano con il CORE-OM” è uno studio condotto da Roberta La Rosa e Silvia Tosi con la collaborazione di alcuni psicoterapeuti della SIPG e dei Centri Clinici e di Ricerca dell’Istituto di Gestalt HCC Italy.

Nella sezione Recensioni, Piero Cavaleri presenta il libro del professore Giuseppe Galli, “La soggettività fenomenica. Integrazioni alla teoria della Gestalt”, descrivendo i principi fondamentali della soggettività fenomenica e mettendo in evidenza l’importanza che l’approccio della psicologia della Gestalt ha per la psicoterapia della Gestalt.

Susan Roos recensisce il libro di Eva Gold e Steve Zham, appena pubblicato in italiano nella collana di Psicoterapia della Gestalt della casa editrice Franco Angeli. “Psicologia buddhista e psicoterapia della Gestalt integrate. Una via per la cura nel nuovo millennio”, è un libro necessario oggi, quando abbiamo bisogno di strumenti per favorire nei nostri pazienti l’emergere di un senso di sicurezza relazionale.

Il numero si chiude con l’ultimo saluto all’amico e collega Tonino Marù, ricordato qui da Giovanna Triberio, morto per una malattia degenerativa. Tonino è stato mio allievo, collaboratore e soprattutto amico. Il suo sguardo un po’ beffardo e caldo, la sua profondità scherzosa, il suo sorriso onesto e

generoso, negli anni diventato sempre più ferito da eventi lavorativi che lo hanno colpito ingiustamente, saranno sempre incisi nella mia anima con le mille domande che generano e con l'affetto indelebile che meritano.

Attendiamo tutti il vaccino, che – almeno, lo speriamo – sarà una cura specifica per il Coronavirus. Ma probabilmente il futuro si giocherà anche sul piano della nostra resistenza agli agenti patogeni in generale. Forse questo sarà il grande problema per la sopravvivenza dell'umanità. Dirigere la nostra attenzione al rapporto del nostro corpo con l'ambiente, con le sostanze di cui ci nutriamo e che scartiamo, potrebbe cambiare totalmente la nostra capacità di fronteggiare i virus, e renderla più costruttiva.

Penso che questo rappresenti un buon modo per occuparci del futuro dei giovani adesso: perché non possiamo solo aspettare.

Margherita Spagnuolo Lobb
Novembre 2020