

COSTRUTTIVISMI, 11: 34-43, 2024  
Copyright @ AIPPC  
ISSN: 2465-2083  
[https://doi.org/  
10.23826/2024.01.034.043](https://doi.org/10.23826/2024.01.034.043)



## **La persona del terapeuta in gioco. L'incontro fra terapeuta, paziente e persona del terapeuta fra cambiamento e resa**

*The Therapist as a Person in Play: The Encounter Between Therapist, Patient  
and Therapist as a Person Between Change and Surrender*

**Laura Caruso**

SE Centro studi in Psicologia e Psicoterapia Costruttivista Narrativo-Ermeneutica, Firenze

### **RIASSUNTO**

Partendo da alcuni presupposti della Teoria dei Costrutti Personali (TCP) e facendo riferimento alla sua elaborazione nota come Psicoterapia Costruttivista Narrativo-Ermeneutica, provo a interrogarmi sul ruolo del terapeuta nella relazione con il paziente non solo come professionista, ma soprattutto come persona. I concetti del giocare un ruolo, di transfert e controtransfert sono letti alla luce della possibilità di cambiamento e di *resa* – così come intesa da Benjamin – del terapeuta, provando a considerare quali strade possano aprire alla pratica clinica e all'esperienza personale di entrambe le parti in gioco.

**Parole chiave:** teoria dei costrutti personali, psicoterapia costruttivista narrativo-ermeneutica, transfert, controtransfert, cambiamento del terapeuta, resa

### **ABSTRACT**

Starting from some of Personal Construct Theory (PCT) assumptions and its elaboration known as Narrative-Hermeneutic Constructivist Psychotherapy (NHCP), I attempt to examine the therapist's role in the therapist-patient relationship, not only as a professional but above all as a person. The constructs of *playing a role*, *transference* and *countertransference* are considered in the light of the possibility of change and surrender – as understood by Benjamin – of the therapist, exploring the possibility they may open up for clinical practice as well as the personal experience of both parties involved.

**Keywords:** personal construct theory, narrative-hermeneutic constructivist psychotherapy, transference, countertransference, therapist's change, surrender

«È proprio mentre lavoriamo e ci muoviamo profondamente nel paradosso ricorsivo della  
*reciprocità,*  
 usando la nostra soggettività e, al tempo stesso, venendo usati come oggetto, che ci ravviviamo.  
 [...] Siamo in bilico sulla riva di un nuovo continente  
 e ora, insieme, dobbiamo prestare molta attenzione a ciò che accadrà dopo.»  
 (J. Benjamin)

## Il terapeuta in relazione

Nella cornice costruttivista kelliana (Kelly, 1955), il terapeuta è seduto sullo stesso piano del paziente: sono insieme, ma da punti di vista diversi. Il terapeuta non è l'esperto che si pone al di sopra del cliente in qualità di detentore del giusto e dello sbagliato, ma mette in gioco delle ipotesi, per loro natura propositive e in divenire, che diventano visione del mondo e sguardo attraverso cui osservare e comprendere ciò che accade. La teoria kelliana è una teoria riflessiva – per cui i suoi assunti coinvolgono il terapeuta stesso – e si basa sull'assunto filosofico dell'alternativismo costruttivo, secondo cui esistono diverse costruzioni alternative fra le quali scegliere per interpretare il mondo.

Partendo da questi presupposti, per cui il terapeuta è calato nello stesso processo del paziente e per cui non esiste una realtà che prescinde dallo sguardo di chi osserva, va da sé che l'esperienza del terapeuta non possa essere neutra e che, in questo modo, il suo ruolo possa arricchirsi di significati e sfumature nuove.

Nella stanza della terapia abbiamo l'opportunità non solo di poterci avventurare insieme ai nostri pazienti, ma anche quella di osservare e mettere in gioco noi stessi – come persone e come terapeuti – in questo percorso: vederci insieme, *essere* insieme, partecipare al racconto dell'altro costruendo la strada per uno spazio nuovo, per un'esperienza nuova, che cambia le cose.

### *Soggettività che si incontrano nella relazione*

Quando parliamo di genitori, insegnanti, amici, delinquenti, si corre spesso il rischio di non guardare oltre questi attributi e di non comprenderli nella loro dimensione di persone in relazione. Così anche il terapeuta è una persona in relazione *con* il paziente e in relazione *a ciò* che il paziente racconta: nel suo muoversi in questa relazione, porta con sé i costrutti professionali – gli strumenti con i quali leggere il percorso terapeutico in atto – e i propri costrutti personali che incontrano il racconto dell'altro: un evento, il dolore, l'attesa, l'orgoglio, la felicità.

Le domande su ciò che accade in terapia sono infinite, e rispetto ad uno stato d'animo particolare, magari inatteso, il terapeuta può chiedersi: cosa mi dice dell'altra persona? Come posso comprenderlo alla luce delle mie ipotesi professionali? Ma anche: cosa dice di me? Come posso leggerlo alla luce della persona che io sono?

Bagnarsi i piedi, e immergersi nelle stesse acque in cui naviga il nostro paziente, credo che abbia a che fare non solo con la riflessività della teoria kelliana, ma anche col concetto stesso del fare esperienza così come inteso dai nostri presupposti (Kelly, 1955; Chiari, 2016a): l'esperienza non ha a che fare con la quantità o la durata di un evento, ma con il processo costruttivo che lo caratterizza. È la possibilità di una ri-costruzione che riempie di senso l'esperienza e che la rende tale, è nell'incontro fra la soggettività del terapeuta e quella del

paziente che il terapeuta trova la possibilità di cambiare e di sperimentare ogni giorno nuove ipotesi e interpretazioni, restando aperto in prima persona alle diverse letture da offrire e costruire col proprio paziente.

Così, ad essere significativo non è tanto il numero di pazienti o la durata di un percorso, quanto l'esperienza relazionale che ha luogo nella conversazione fra la persona del terapeuta e quella del paziente. Come osservato da Ortu (2008), nella psicoterapia costruttivista ermeneutica il processo terapeutico diventa un incontro fra due soggettività che possono generare nuovi significati proprio attraverso la conversazione, un incontro fra due soggettività che trovano nuove coerenze e inventano nuove storie in un contesto storico-linguistico che è continuamente negoziato proprio all'interno della relazione. In questa ottica, il terapeuta è coinvolto personalmente e professionalmente nel percorso iniziato e diventa uno dei protagonisti delle storie che hanno luogo nella stanza della terapia.

### *Giocare un ruolo nella relazione*

Il Ruolo, così come inteso nella Teoria dei Costrutti Personali (TCP), fa riferimento al processo psicologico basato sulla costruzione, da parte di chi sta giocando quel ruolo, del sistema di costrutti dell'altro (Kelly, 1955).

In un recente approfondimento sul Ruolo e il Ruolo di dipendenza, Ognibeni e Zoppi (2015) evidenziano come "giocare un ruolo" significhi tenere in considerazione diversi processi: la costruzione che abbiamo di noi stessi, la comprensione del modo in cui gli altri ci costruiscono e di come sono arrivati ad avere quel tipo di costruzione, ma anche la consapevolezza sia di come noi interpretiamo ciò che gli altri vedono di noi, sia che, per l'altro, siamo la persona che lui vede e non quella che pensiamo di essere.

Costruzione e comprensione, però, non sono di per sé sufficienti a favorire un cambiamento; è necessario che queste vengano agite ed esperite nella relazione.

La complessità di una tale visione sta nel fatto che giocare un ruolo, quindi, implichi il mantenere i processi di costruzione di tutti i partecipanti su uno stesso piano di legittimità e comprensione e di cercare alternative finora inesplorate per entrambi. In un certo senso, il Ruolo non ha modo di essere descritto, ma è vissuto, e proprio per questa sua peculiarità la relazione diventa lo spazio in cui esperirlo. La mia idea è che questo processo non sia solo ciò che, come terapeuti, tentiamo di favorire nella storia di vita del paziente, ma che ne siamo a nostra volta co-protagonisti. Nell'ottica narrativo-ermeneutica, le storie che si creano e si raccontano nella stanza della terapia sono quelle stesse azioni che permettono l'esperienza del giocare un ruolo, e che nella relazione fra terapeuta e paziente, per entrambi, trovano lo spazio per essere sperimentate e riviste.

### **Transfert e controtransfert**

Secondo Kelly, il paziente tenderà a muoversi nella relazione con il terapeuta così come si muove nelle altre relazioni: alla luce del proprio personale modo di leggere ed interpretare il mondo, il paziente "estrarrà" dal suo repertorio di costrutti quelli che ritiene applicabili al terapeuta. Nella TCP, questo processo è noto con il nome di transfert ed è parte fondamentale del percorso che il terapeuta lo costruisca e lo comprenda.

Comprendere il transfert del paziente significa iniziare ad assumere una serie di elementi che ci parlano del suo modo di essere in relazione, di ipotizzare quali anticipazioni potrebbe avere sugli altri e su sé, cosa si aspetta che succederebbe *se*.

### *La reciprocità del cambiamento*

Riprendendo l'articolo di Ognibeni e Zoppi (2015), le autrici evidenziano un aspetto, a mio avviso potentissimo, del concetto di Ruolo, che troverebbe la sua peculiarità nel modo "di essere" in relazione con l'altro: "si sviluppa un Ruolo a seconda di come la costruzione dell'altro permette di modificare parzialmente la costruzione che abbiamo di noi stessi, anticipando di conseguenza un continuo reciproco cambiamento: il focus è la relazione che si crea, in cui risulta difficile scindere chi fa cosa" (p. 199).

Assumere che lo sviluppo del Ruolo implichi una parziale modifica della costruzione che abbiamo di noi stessi, significa non poter supporre un cambiamento nel paziente che non comporti anche un cambiamento nel terapeuta, e viceversa: fare esperienza del cambiamento del terapeuta può favorire un cambiamento nel paziente.

Talvolta il cambiamento viene inteso come un ampio stravolgimento della situazione, ma credo invece che passi attraverso piccolissimi "pezzettini" che permettono di ricostruire il nostro mondo. Nella pratica clinica, ad esempio, accade spesso di restituire un'interpretazione sulla base del racconto dell'altro, interpretazione con la quale il paziente può dirsi in disaccordo e presentare il proprio punto di vista: il momento in cui ci si può fermare e riguardare insieme cosa stia accadendo alla luce del contributo di entrambi comporta una sospensione del proprio giudizio e la creazione di uno spazio in cui entrambi possono rivedere la propria posizione e dividerne una nuova.

Un aspetto significativo del giocare un ruolo, perciò, è proprio nel costruire la reciprocità della relazione, che riguarderà tanto le relazioni fra il paziente e il proprio mondo personale, quanto la relazione fra paziente e terapeuta.

Nel percorso psicologico, uno degli obiettivi del terapeuta può essere quello di favorire, nel paziente, uno sviluppo delle costruzioni dei suoi processi psicologici e di quelli delle persone della sua vita attraverso una differenziazione dell'altro e un'esplorazione di nuove possibilità e alternative in cui tutti i partecipanti coesistono con il proprio modo di dar senso agli eventi. L'incontro fra terapeuta e paziente apre le porte a questo tipo di sperimentazione, diventa l'occasione "reale" per mettere in gioco la possibilità di. Sulla base della costruzione del transfert, il terapeuta può esperire insieme al paziente il delinarsi di una relazione di ruolo, non come regista esterno, ma come altro-diverso-da-sé disposto all'incertezza, alla contraddizione, alla revisione.

In questo senso, ciò che accade parla tanto del paziente quanto del terapeuta, o meglio, tanto della persona del paziente quanto della persona del terapeuta; non è una forma senza contenuto, ma una persona che nei panni del terapeuta porta avanti il proprio tentativo di giocare un ruolo con l'altro.

### *Seduti dallo stesso lato*

Lungo il percorso terapeutico, può capitare che il terapeuta si senta minacciato dal cliente. Questo può accadere, ad esempio, quando l'altro, per qualche aspetto, ci ricorda la persona che eravamo, o quando, con il suo atteggiamento, sembra aspettarsi che ci comporteremo in un

qualche modo che non ci appartiene più<sup>1</sup>; quando percepiamo comunanza fra le sue domande o le sue anticipazioni e le nostre, o quando, anche, sembrano essere molto distanti: l'altro che ci sta davanti non è solo il paziente, ma siamo anche noi stessi.

La costruzione del transfert prevede una lettura professionale dei processi in atto, ma credo che questa sia intrinsecamente legata ai costrutti personali del terapeuta. Questo non significa comprendere il paziente sulla base di questi ultimi, ma ipotizzare che terapeuti diversi, sulla base di costrutti personali diversi, possano essere nella relazione e costruire i processi di costruzione dell'altro in modo specifico e quindi diverso, ponendo l'accento su aspetti diversi, facendosi guidare da sensazioni diverse, utilizzando costrutti professionali diversi sulla base del senso che possono avere o non avere per il terapeuta stesso. Probabilmente è anche per questo che la dimensione processuale assume un ruolo così importante nella TCP, perché permette di tenere in considerazione tutto questo, senza che diventi vincolante per la comprensione dell'altro.

Ciò che il terapeuta sente, potrebbe diventare un'occasione all'interno del processo terapeutico perché può permettere di fare esperienza con il Ruolo dell'altro, di interrogarsi riguardo a ciò che potrebbero sperimentare le altre persone che abitano il mondo del cliente, e perché, nel fluire delle relazioni, quelle sensazioni possono diventare campanello d'allarme. Il modo in cui il terapeuta si sente può dare un'idea di quale ruolo stia giocando il cliente e di quale ruolo, quest'ultimo, si aspetta che giocherà l'altro.

Avere l'onestà di addentrarsi nelle proprie "scomodità" apre alla possibilità di immaginare quelle del paziente e di sperimentare una posizione che non colluda con la sua anticipazione né che la invalidi; significa, anche, mettere a disposizione la propria persona in quella messa in discussione di sé stessi, dei propri limiti, della propria fatica, dar luogo per primi a ciò che in un certo senso viene chiesto al paziente.

### *La responsabilità della relazione*

Porre l'accento su questi aspetti non significa muoversi sulla base dei propri costrutti personali, ma tenerli in considerazione, dare loro una valenza che all'interno del percorso terapeutico può diventare significativa, arricchire non solo quest'ultimo, ma la nostra stessa esperienza, come persone e come terapeuti.

Nella psicoterapia dei costrutti personali, la possibilità che la comprensione del paziente non avvenga alla luce dei costrutti professionali prende il nome di controtransfert di dipendenza; è fondamentale che il terapeuta abbia – e utilizzi – un repertorio di costrutti che gli permettano di trattare il cliente in modo strettamente professionale. Il terapeuta, all'interno del processo, è tenuto a una responsabilità rispetto all'interazione fra la propria e l'altrui prospettiva, fra le proprie e le altrui azioni; è tenuto a una responsabilità che tenga conto non solo di ciò che lo riguarda come persona e come professionista, ma anche di tutto ciò che

---

<sup>1</sup> I costrutti professionali della TCP comprendono le *transizioni*, le quali permettono di comprendere i cambiamenti cui sta andando incontro una persona. Kelly (1955) ha descritto le transizioni di ansia, minaccia, paura, colpa, aggressività e ostilità. Nel 1951, nella sua tesi di dottorato svolta con la supervisione di Kelly, Landfield ampliò le considerazioni sulla transizione di minaccia ponendo l'attenzione sulle persone che possono essere vissute come minacciose e proponendo l'ipotesi dell'esemplificazione e l'ipotesi dell'aspettativa: nel primo caso, una persona percepisce come minacciosa un'altra persona se questa sembra esemplificare ciò che era una volta e non è più; nel secondo, una persona vede come minacciosa un'altra persona se quest'ultima sembra aspettarsi che lei si comporti nei vecchi modi. Kelly riporta le due ipotesi di Landfield nel suo libro del 1955 (pp. 490-491).

avviene nella relazione. Nel suo articolo, Ortu (2008) parla di questo aspetto nei termini di una doverosa dislocazione, di una metaposizione del terapeuta che viene resa possibile dall'uso dei costrutti professionali e di ruolo, costrutti che hanno come propri elementi non solo i costrutti personali del paziente, ma anche i nostri, le nostre emozioni, le nostre anticipazioni.

Interrogarsi rispetto al proprio controtransfert può permettere al terapeuta quell'autoriflessività, quella messa in discussione di sé ogni qualvolta gli sembri di avere più certezze che dubbi, più risposte che domande, di sentire un cambiamento prima ancora di poterlo verbalizzare attraverso i costrutti professionali. Costruire il proprio controtransfert può fargli chiedere perché con un paziente possano entrare in gioco i propri costrutti personali a differenza di ciò che accade con altri, e perché rispetto ad alcune dimensioni e non altre. Come evolve il controtransfert nel corso del tempo? Ed è diverso se ci accompagna fin dal primo saluto o se lo sentiamo irrompere all'improvviso? Parla del modo dell'altro di essere in relazione o parla di me? Sono domande che pongono l'accento sul cambiamento e che permettono di avere un punto di vista alternativo sull'evolversi del percorso terapeutico.

In questa ottica ritengo che il processo di transfert e controtransfert, nella misura in cui diventano occasione di revisione, di spazio di gioco e di sperimentazione, possano essere elementi fondamentali nel processo terapeutico; non sono aspetti da cui "guardarsi le spalle", ma aspetti da comprendere, osservare, vivere in quanto essi stessi azione agita dei propri costrutti.

### **Riconoscimento, reciprocità e resa**

Secondo Kelly (1955), è intorno all'anno e mezzo/due che il bambino scoprirebbe il polo opposto del costrutto Io, ovvero il diverso-da-me, all'interno del quale scopre l'esistenza di altri costrutti che, in base a somiglianze e contrasti, delineano l'identità personale; ma esiste un'altra identità, quella sociale, all'interno della quale l'individuo può sentirsi con gli altri e fra gli altri, può sentirsi riconosciuto e riconoscersi, oppure no.

Il concetto di riconoscimento assume un ruolo quasi vitale, in un certo senso è l'esperienza stessa della vita, e all'interno dell'approccio costruttivista narrativo-ermeneutico viene introdotto nei percorsi di riconoscimento formulati da Chiari (2016b, 2017, 2023)<sup>2</sup>. Un mutuo riconoscimento si realizzerebbe in un equilibrio intersoggettivo che permette alle persone di riconoscersi pienamente individualizzate e contemporaneamente dipendenti l'una dall'altra; può essere immaginato come un continuum, come una tensione durante la quale questo equilibrio può pendere verso uno squilibrio a scapito del processo di individuazione oppure della possibilità di essere in relazione con gli altri.

Nell'esperienza come terapeuti narrativo-ermeneutici, la lettura del problema presentato rivela spesso come la sofferenza vissuta stia nella minaccia di non avere o di aver perduto un Ruolo nella relazione con l'altro, e quanto la vera sfida sia nella possibilità di giocare nuovi ruoli.

---

<sup>2</sup> I percorsi di riconoscimento descrivono delle traiettorie di sviluppo che caratterizzano la storia di vita delle persone e, nello specifico, Chiari identifica il Percorso di Riconoscimento Completo, che può essere descritto come "la possibilità di riconoscersi come dipendenti l'uno dall'altro e, allo stesso tempo, pienamente distinti e individualizzati", e il Riconoscimento Incompleto, che si costruisce nelle direzioni del mis-riconoscimento, nell'esperienza di mancata mutualità nelle relazioni precoci per cui la persona si impegnerebbe, nell'incontro con la diversità dell'altro, a trovare una forma di appagamento, una ricerca di visibilità sociale o considerazione (Chiari, 2016b).

Questa ricerca, o meglio questa disponibilità alla ricerca, implica e in un certo senso diventa sinonimo di partecipazione condivisa, di – per introdurre le riflessioni di Jessica Benjamin (2019) – terzietà, dimensione che sembra muoversi sugli stessi presupposti dell'ortogonalità, intesa nella TCP come una dimensione di significato che appare nuova rispetto a quelle usate fino a quel momento: né simile né contraria, una terza via da poter percorrere.

La Benjamin mette in luce alcuni punti estremamente rilevanti, ponendo l'accento sul reciproco effetto che paziente e terapeuta hanno sulla psiche l'uno dell'altro e indagando in quale modo la loro interazione consenta un processo di riconoscimento. Per l'autrice, lo sviluppo del sé è inteso in relazione a un altro che non solo lo riconosce, ma che a sua volta dipende dall'agency del nostro sé: devo poter pensare che ciò che sono e faccio abbia la potenza di produrre un effetto nell'altro. Le riflessioni sulla responsabilità e sulla trasformazione reciproca inaugurano ciò che Benjamin (2019) definisce il Terzo, una sorta di spazio in cui diventa possibile l'incontro fra due menti diverse che si influenzano a vicenda indipendentemente dalla loro disuguaglianza o asimmetria.

Per quanto nel corso del tempo la comprensione dell'altro e della nostra relazione possa permettere di muoversi in modo più stabile, l'idea di essere menti simili e differenti apre costantemente allo sconosciuto, a uno spazio che per quanto ancora vuoto ha in sé la ricchezza del possibile. Richiama il processo della ricorsività, in cui il simile permette di riconoscere un dato istante come continuativo di quello precedente, ma il diverso permette lo spostamento, il movimento, l'apertura. Nella TCP, inoltre, gli aspetti di somiglianza e differenza sono alla base della formazione dei costrutti: per parlare di costrutto, infatti, deve esserci un aspetto per cui almeno due elementi sono costruiti come simili fra loro e, per quello stesso aspetto, come diversi da almeno un terzo elemento; sono i processi di somiglianza e differenziazione che permettono il fluire della vita e la possibilità di costruire un mondo.

In ugual modo, terapeuta e paziente si muovono internamente ed esternamente attraverso questi due processi: all'interno di entrambi, singolarmente, e nella relazione, esiste una comunanza di dimensioni esistenziali che vengono portate in terapia, una comunanza di destino fra queste due persone, e allo stesso tempo una differenza profonda che permea tutto il percorso: uno sarà il terapeuta, l'altro il paziente. È una differenza che solo in parte riguarda i diversi ruoli all'interno della terapia e che più profondamente ha a che fare con la possibilità di riconoscere l'Altro come diverso-da-sé.

L'esperienza del comprendere e del sentirsi compresi è un'esperienza estremamente significativa in terapia, probabilmente quella che permea di senso tutto il percorso: non ha a che fare con la collusione o con l'essere assecondati, tutt'altro. Parla della possibilità, del tenere in considerazione, del sentire che la nostra prospettiva è vista anche dall'altro e che, allo stesso modo, noi possiamo tenere in considerazione la sua; non solo: che la nostra prospettiva può intervenire sulla realtà, può creare qualcosa di diverso.

Questa prospettiva non sempre implica l'oggettiva risoluzione di un problema o il pieno soddisfacimento dei nostri bisogni, ma permette la creazione di uno spazio altro, simile e differente da sé.

Sulla stessa linea, Benjamin parla del Terzo come di uno spazio privilegiato al di fuori del due, come di una qualità, di un'esperienza di intersoggettività, come di uno spazio in cui possiamo *arrenderci*.

### *La resa del terapeuta*

Comprendere appieno il significato di ciò che la Benjamin intende parlando di resa non è semplice.

Dobbiamo innanzitutto superare la comune visione in termini di vittoria e sconfitta, di giusto e sbagliato; un superamento che, per quanto permei la TCP, comporta un continuo e non scontato lavoro di messa in discussione e vulnerabilità del terapeuta.

Pur abbracciando una visione di questo tipo, dobbiamo essere disposti a metterla in gioco, a ricordarcela e a lasciare che accada ciò che – entro certi limiti – non possiamo prevedere.

Ho come la sensazione che la resa, proposta in questi termini, nulla abbia a che vedere con qualcosa che subiamo, ma anzi, che rimetta nelle mani di entrambi la responsabilità, che regali la possibilità di costruire lo spazio del Terzo, dell'ortogonalità. Cosa potrebbe accadere se entrambi provassimo a fare qualcosa di diverso?

La resa, per la Benjamin, si riferisce a una sorta di lasciar andare del sé, di considerare il punto di vista o la realtà dell'altro perché è questo a portarci al riconoscimento, in quanto capaci di sostenere la connessione con la mente dell'altro mentre accettiamo la sua separazione e differenza: “la resa” – afferma – “comporta libertà da ogni intenzione di controllo”.

Ma parlare di resa del terapeuta, non significa parlare anche di resa della persona del terapeuta?

### *Quella volta in cui...*

M. è un giovane adolescente che conosco all'inizio della mia esperienza come psicoterapeuta. Si descrive come una persona che ha paura di tutto, che preferisce trascorrere le sue giornate giocando online, che non capisce il comportamento degli altri. M. tende a non mettere mai a verifica cosa accadrebbe se provasse a portare a termine il percorso scolastico, se provasse a sostenere un'interrogazione, se provasse a confrontarsi con i compagni, né nell'eventualità di ciò che lui definirebbe “un fallimento”, né nell'eventualità di un buon risultato. Semplicemente si ritira.

Buona parte del nostro percorso prosegue all'interno del tentativo di costruire, pezzetto per pezzetto, un mondo più prevedibile, differenziato in diverse sfumature che si discostano dal buono o cattivo, dal perfetto o dall'incapace; di esperire la sensazione che io lo vedo, lo interrogo su quelli che sono i suoi pensieri e le sue opinioni, ma che la relazione necessita della partecipazione di entrambi.

A marzo del 2020 i nostri appuntamenti si spostano online a causa del Covid, ed M. inizia a disdirli; trascorrono dei mesi durante i quali la frequenza diventa meno continuativa, sempre giustificata da malori o impedimenti esterni, e alcuni incontri diventano particolarmente faticosi. Altri, invece, diventano l'occasione per entrare realmente in quel mondo che sta costruendo: mi mostra alcuni oggetti di cui mi aveva sempre parlato, manifesta la sua difficoltà nel raccontarsi sapendo che i suoi genitori sono qualche stanza più là, condivide lo schermo del suo pc per farmi vedere le ricerche che sta svolgendo nella scelta degli accessori importanti per la sua passione.

Io ne sono contenta, ma inizio a sentire l'insofferenza per qualcosa che fatica a mettere a fuoco.

Un giorno, durante il colloquio, ho la sensazione che M. stia usando la tastiera del pc per rispondere a un messaggio e gli chiedo di smetterla. Sono spazientita, e il tono usato – un tono che deve essersi sentito rivolto molto spesso da parte di genitori, professori ed educatori – lo pone subito in chiusura; gli dico che mi sembra distratto, che non stia partecipando, ma

chiaramente non miglio molto la situazione. Il colloquio prosegue, ma siamo entrambi arroccati nelle nostre posizioni, fin quando non mi parla della noia che prova nel seguire le lezioni scolastiche a distanza.

Credo che in quel momento avrei potuto scegliere di restare nell'elaborazione della noia nei termini in cui ne stava parlando, ma decido di mettermi in gioco insieme a lui: è possibile che la distrazione che gli avevo richiamato non avesse a che fare con la mancata partecipazione che io avevo supposto, ma con la noia che provava? Cosa stava accadendo di noioso fra noi? M. mi dice subito che doverci vedere online non gli piace, che avere relazioni online – con me, con i compagni, con i professori – non gli piace, che preferisce il contatto umano.

Metto a fuoco il ragazzo che avevo conosciuto, schivo e intorrito, con questa persona che ora ho davanti e che tanto vorrebbe tornare alla vita. E mi appare evidente quanto la mia insofferenza avesse a che fare col credere che fossi da sola a portare avanti quella relazione, mentre in realtà M. stava facendo del suo meglio per continuare a partecipare nonostante la sua personale insofferenza. Eravamo in due, ed entrambi potevamo tenere in considerazione la fatica e la necessità dell'altro.

Devo essere onesta con me stessa e aggiungere un altro pezzetto: è probabile che senza quella esperienza professionale non avrei potuto riconsiderare alcune delle dimensioni in gioco anche nella mia vita personale. In ugual misura, non so se sarei stata “professionalmente pronta” a mettermi in gioco, se non lo fossi stata anche come persona.

Credo di poter individuare diversi momenti simili nella mia esperienza come psicoterapeuta, delineatisi per strade che non potevo prevedere in modo certo prima di percorrerle, e ho la sensazione che tutte quelle volte in cui... ho potuto scegliere di far spazio alla resa, siano state volte estremamente preziose.

## Conclusioni

Siamo abituati a pensare che, nel corso della terapia, l'impegno sia esclusivamente a carico del paziente, che il cambiamento sia qualcosa che riguarda esclusivamente il paziente. La mia personale esperienza, diretta e indiretta, è stata diversa e mi ha permesso di sperimentare l'importanza di esperire un cambiamento comune, in modi e tempi che possono essere anche estremamente diversi da relazione a relazione.

Parlare di persona del terapeuta e di cambiamento comune non significa togliere professionalità e rigore al ruolo ricoperto, ma anzi credo implichi una posizione di onestà che offre spessore alla relazione. Porre l'attenzione sui processi di transfert e, ancor di più, di controtransfert non è importante solo per evitare collusioni, ma anche per restituirgli una valenza diversa: se proviamo ad accettarli per la loro naturale esistenza e ad interrogarci su di essi, possiamo ampliare il nostro sguardo e il repertorio di possibilità attraverso cui muoverci. Provare a far spazio alla resa significa anche incarnare profondamente il concetto di terapeuta non come esperto, ma come esploratore impegnato in un'impresa comune.

## Riferimenti bibliografici

- Benjamin, J. (2019). *Il riconoscimento reciproco. L'intersoggettività e il terzo*. Raffaello Cortina.  
 Chiari, G. (2016a). *Il costruttivismo in psicologia e in psicoterapia. Il caleidoscopio della conoscenza*. Raffaello Cortina.

- Chiari, G. (2016b). La psicoterapia costruttivista ermeneutica. Un'elaborazione in chiave narrativa delle idee di George A. Kelly, *Costruttivismi*, 3, 14-39. <https://doi.org/10.23826/2016.01.014.039>
- Chiari, G. (2017). Uncompleted intersubjective recognition as the basis for the development of personal disorders. In D. Winter, P. Cummins, H. Procter, & N. Reed (Eds.), *Personal construct psychology at 60: Papers from the 21st International Congress* (pp. 180-193). Cambridge Scholars Publishing.
- Chiari, G. (2023). Personal paths of mutual recognition: Relational patterns and narrative identities from a personal construct perspective. *Journal of Constructivist Psychology*, 36, 504-523. <https://doi.org/10.1080/10720537.2022.2062078>
- Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs* (Vols. 2). Norton. (Reprinted ed. Routledge, 1991) (tr. it. parz. *La psicologia dei costrutti personali. Teoria e personalità*. Raffaello Cortina, 2004)
- Landfield, A. W. (1951). *A study of threat within the psychology of personal constructs*. Unpublished doctoral dissertation. Ohio State University.
- Ognibeni, M., & Zoppi, O. (2015). Il RUOLO e i ruoli di dipendenza. *Costruttivismi*, 2, 194-205. <https://doi.org/10.23826/2015.02.194.205>
- Ortu, M. C. (2008). La persona del terapeuta entra nella stanza della terapia, *Quaderni di Psicoterapia Cognitiva*, 22, 72-83.

### L'Autrice



*Laura Caruso*, Psicologa e Psicoterapeuta Costruttivista, laureata in Psicologia Clinica e della Salute a Firenze e specializzata in Psicoterapia Costruttivista a orientamento narrativo-ermeneutico presso il CESIPc di Padova nel 2021. Svolge la sua attività presso il Centro Studi SE di Firenze e *online* lavorando in percorsi individuali e di coppia; collabora con l'Associazione Italiana Malattia di Alzheimer, occupandosi di orientamento e sostegno psicologico rivolti ai caregivers della persona con diagnosi e con Con Te all'Estero, servizio di psicoterapia per italiani che vivono all'estero. Dal 2023 coordina i gruppi di intervizione tra colleghi costruttivisti organizzati dal Centro Studi SE

Email: [lauracaruso.1988@yahoo.it](mailto:lauracaruso.1988@yahoo.it)

### Citazione (APA)

Caruso, L. (2024). La persona del terapeuta in gioco. L'incontro fra terapeuta, paziente e persona del terapeuta fra cambiamento e resa. *Costruttivismi*, 11, 34-43. <https://doi.org/10.23826/2024.01.034.043>