

Quale dibattito tra psicoterapia della Gestalt e psicoanalisi oggi?



Questo numero di Quaderni di Gestalt continua il percorso tracciato dal numero precedente, lanciando dei *flash* dialogici tra il nostro approccio e la psicoanalisi intersoggettiva e tra il *sitz-im-leben* della psicoterapia della Gestalt e le nuove realtà cliniche.

In quanto psicoterapeuti della Gestalt, ci chiediamo – sessant’anni dopo la separazione dei coniugi Perls dalla comunità psicoanalitica e la fondazione della psicoterapia della Gestalt – dove si collochi il nostro approccio rispetto all’evoluzione complessa e variegata che ha cambiato radicalmente la prospettiva psicoanalitica, tanto da rendere alcune sue correnti molto vicine alla nostra epistemologia. Le ragioni per cui si rese necessaria la fondazione di un nuovo approccio sono ancora in essere, visti questi sviluppi? E quali differenze rileviamo invece oggi?

La psicoterapia della Gestalt è nata da un gruppo di psicoanalisti e cultori della psicoanalisi, che inizialmente non avevano alcuna intenzione di fondare un nuovo approccio: volevano solo superare certi limiti della psicoanalisi (Rosenfeld, 1987). Partirono da una critica alla teoria evolutiva psicoanalitica, che li portò ad una considerazione positiva dell’aggressione, collegata fisiologicamente con lo sviluppo dentale del bambino (Perls, 1985). Eppure questa semplice intuizione, sviluppata poi nella teoria del contatto, implicò una diversa *weltanschauung* sul rapporto individuo-società, e si rivelò così rivoluzionaria da rendere necessaria la fondazione di un approccio dotato di epistemologia diversa. La logica interpretativa e l’assetto topologico della psicoanalisi divennero allora l’antitesi della psicoterapia della Gestalt, che proponeva invece una logica estetica, processuale, non dicotomica.

Quaderni di Gestalt, XXII, n. 2/2009

Parallelamente, anche all'interno della psicoanalisi nascevano correnti più o meno "dissidenti" che proponevano altre prospettive (cfr. Spagnuolo Lobb, 2008 a): la neo-analisi, in particolare nella accezione esperienziale di Karen Horney (1988), che prestava attenzione al presente più che al passato, e altre che, parimenti alle terapie umanistiche, sostenevano la forza dell'io, come il gruppo di New York (Hartmann, Kris e Loewenstein) che inclusero l'intenzionalità tra le funzioni dell'io. Le teorie delle relazioni oggettuali poi (derivate dalle riflessioni di Winnicott e di Mahler), e il loro sviluppo nelle teorie intersoggettive (Jacobson, Kernberg e molti altri fino a Stolorow) hanno rappresentato un vero e proprio percorso parallelo a quello della psicoterapia della Gestalt.

Sessanta anni dopo la fondazione del nostro approccio, il rapporto tra psicoanalisi e psicoterapia della Gestalt non è più antitetico, ed è molto interessante scoprire la vicinanza profonda che può esserci con alcune correnti psicoanalitiche.

Lo dimostra il primo articolo della sezione "Relazioni": si tratta della trascrizione di una tavola rotonda svoltasi a Palermo il 23 gennaio 2009, tra Daniel Stern, la sottoscritta, Piero Cavaleri e Antonio Sichera. La ricerca che l'Istituto di Gestalt HCC porta avanti da un decennio ormai con il professor Daniel Stern – e che è stata testimoniata da altri contributi della rivista (Stern, 2001; Spagnuolo Lobb, 2009), nonché da pubblicazioni (Stern *et al.*, 2003; Stern, 2006) – mette in evidenza due sfide reciproche. La sfida che la psicoterapia della Gestalt – con il suo assetto fenomenologico centrato sul confine di contatto – pone alle correnti intersoggettive riguarda il superamento della mentalità terapeutica basata sulla soggettività, in favore di una realtà terza, che è la realtà co-creata (Spagnuolo Lobb, 2007). Dall'altra parte, anche la teoria di Stern rappresenta una sfida per il nostro approccio: il coraggioso avanzamento che i suoi studi hanno consentito al linguaggio interpretativo della psicoanalisi, in favore di un linguaggio fenomenologico, appartenente alla logica esperienziale, ci richiama a ridefinire il nostro lessico. Pur reclamando il primato dell'esperienza, infatti, la letteratura finora sviluppata all'interno della psicoterapia della Gestalt rimane ancorata ad un gergo (introiezione, proiezione, ecc.), che tutto è tranne che fenomenologico.

I nostri "Dialoghi" continuano con l'articolo di Alfredo Raglio, che pone a confronto aspetti centrali della musicoterapia con le teorie intersoggettive. Da questo confronto gli psicoterapeuti della Gestalt possono cogliere riflessioni per la propria pratica centrata sul processo, in alcuni casi arricchita da tecniche creative che includono la musica e il ritmo.

Nella sezione "Relazioni", Philip Lichtenberg analizza le radici psicoanalitiche della psicoterapia della Gestalt, e le colloca in quella che chiama

“psicoanalisi radicale”, caratterizzata dal porre la dimensione sociale alla base dell’es.

Il *leit motif* della dimensione sociale del vissuto umano è anche centrale nel contributo di Dan Bloom che, nella stessa sezione, fa un excursus storico della nascita della psicoterapia della Gestalt a New York e dell’evoluzione del *New York Institute*, una rara testimonianza su questa parte della storia del nostro approccio.

In questi decenni, alcune scoperte scientifiche e le nuove forme cliniche ospitate dalla nostra società “liquida” hanno modificato il panorama delle psicoterapie e hanno aperto nuove possibilità di dialogo tra i vari approcci. Il clima di incertezza che già caratterizzava il vivere sociale dell’era post-moderna e che oggi – dopo gli attentati dell’11 settembre 2001 e del marzo 2002 – è diventato ansia “liquida” (Bauman, 2008), ha posto gli psicoterapeuti davanti all’esigenza di lavorare sui fattori di “sfondo” dell’esperienza dei loro pazienti, più che sui fattori di “figura”. La crisi d’ansia richiede infatti capacità terapeutiche di contenimento relazionale, più che di elaborazione percettiva e verbale. La globalizzazione dei commerci e delle comunicazioni ha poi portato nei giovani la possibilità di arrivare dappertutto, con la loro curiosità e “potere di acquisto” (Spagnuolo Lobb, 2008). Ma – parallelamente – la mancanza di contenimento relazionale in famiglia e nelle agenzie di sviluppo primario ha portato nelle persone il senso di liquidità (cfr. editoriale *Quaderni di Gestalt*, 2009): è decisamente possibile superare qualsiasi limite, ma senza il contenimento relazionale e corporeo ci si sente “sciolti” nell’universo.

Tutto questo ha modificato radicalmente l’evidenza clinica del nostro quotidiano: i pazienti soffrono sempre meno di bulimia e sempre più di attacchi di panico o bigoressia o ortoressia (Scopetta, Dalla Regione, 2009), sempre meno di crisi di coppia, e sempre più di insensibilità emozionale, corporea e sessuale.

Nella sezione “La Gestalt in azione”, Giuseppe Sampognaro ci racconta l’evoluzione di un caso clinico con disturbo di panico. Laura Grignola, una psicoanalista ortodossa, commenta. La competenza professionale e la delicatezza che caratterizzano ambedue i professionisti sostengono questo dialogo possibile tra approcci che, partendo da epistemologie diverse, si riconoscono nella pratica. Questi due contributi sono un buon esempio di confronto tra metodi condotto con apertura al nuovo e solidità epistemologica.

Nella sezione “Racconti dall’estero”, Lidjia Pecotic, direttore del *Gestalt Psychotherapy Training Institute Malta*, testimonia la nascita e lo sviluppo della psicoterapia della Gestalt a Malta.

Nella sezione “Congressi”, Carla Martinetto ci racconta la sua esperienza del congresso internazionale sui gruppi svoltosi a Roma nell’agosto

Margherita Spagnuolo Lobb

2009, un interessante evento condotto dagli psicoanalisti di gruppo che ha consentito di mantenere la vitalità degli individui pur con un numero elevato di partecipanti.

Nella sezione “Recensioni”, Silvia Riccamboni commenta il libro di Martin Buber *Colpa e sensi di colpa*, Giuseppe Lombardo il libro di Piero Cavaleri *Vivere con l'altro. Per una cultura della relazione*, e Antonio Sichert *Scrivere l'indicibile. La scrittura creativa in psicoterapia della Gestalt*, di Giuseppe Sampognaro.

Tornando alla questione iniziale, a cui questo numero non può certo dare risposta esaustiva, ci rendiamo conto che gli psicoterapeuti sono posti oggi davanti alla necessità di apprendere tecniche nuove e inventare letture e concetti altrettanto nuovi del disagio psichico. La scoperta dei neuroni specchio ha legittimato l'intuito terapeutico con il concetto di “empatia incarnata” e la relazionalità con il concetto di “co-creazione”. L'interesse per la relazione in psicoterapia ha preso la forma di una determinazione a superare il dualismo cartesiano e la prospettiva individualistica che – tutto sommato – permeava anche le terapie nate per sostenere i fattori relazionali. Tutto il mondo umanistico e scientifico si è rivolto alla realtà co-creata e al presente: in un mondo incerto e senza punti di riferimento, il fenomeno presente co-creato diventa – pur nella sua essenza fluida – l'unica certezza su cui fondare la cura.

Questo numero dei Quaderni di Gestalt lancia uno sguardo alla psicoanalisi, con un interesse rinnovato in un metodo che oggi offre una piattaforma di dialogo abbastanza familiare e abbastanza diversa da essere fonte di crescita. Nel percorso qui proposto, ci rendiamo conto che le radici del nostro approccio si sviluppano in nuovi rami di pensiero capaci di leggere i disturbi psichici contemporanei; che l'originalità della psicoterapia della Gestalt rimane inossidabile nel confronto ermeneutico con la psicoanalisi odierna e con le nuove forme cliniche; per cui, pur nella necessità di rinnovare alcuni termini teorici non corrispondenti all'epistemologia gestaltica, continuiamo a offrire un contributo originale al mondo contemporaneo della psicoterapia.

Margherita Spagnuolo Lobb
Direttore Istituto di Gestalt HCC Italy
Siracusa, dicembre 2009

BIBLIOGRAFIA

- Bauman Z. (2008). *Paura liquida*. Bari: Laterza.
Horney K. (1988, ed. or. 1987). *Le ultime lezioni*. Roma: Astrolabio.

Quale dibattito tra psicoterapia della Gestalt e psicoanalisi oggi?

- Perls F. (1995, ed. or. 1942). *L'Io, la Fame, l'Aggressività*. Milano: FrancoAngeli.
- Rosenfeld E. (a cura di) (1987). Storia della psicoterapia della Gestalt. Parte seconda – conversazione con Isadore From. *Quaderni di Gestalt*, 5: 11-35.
- Scopetta M., Dalla Regione L. (2009). *Giganti d'argilla*. Milano: Il Pensiero Scientifico.
- Spagnuolo Lobb M. (2007). L'incontro terapeutico come co-creazione improvvisata. In: Spagnuolo Lobb M., Amendt-Lyon N. (a cura di), *Il permesso di creare. L'arte della psicoterapia della Gestalt*. Milano: FrancoAngeli, 65-81.
- Spagnuolo Lobb M. (2008). I reati dei minori messaggi per gli adulti. *La Sicilia*, 25-09-08: 20-21.
- Spagnuolo Lobb M. (2008a). voce *Psicoterapie: scuole*. In: PELLEZZO J.M., MALIZIA G. e NANNI C. (a cura di), "Dizionario delle Scienze dell'Educazione", Roma: LAS, 958-961.
- Spagnuolo Lobb M. (a cura di) (2009). Incontri di Visioni... Psicoterapia della Gestalt e psicoanalisi relazionale in dialogo con Daniel Stern, Massimo Ammaniti e Nino Dazzi. *Quaderni di Gestalt*, XXII, 1: 37-60.
- Stern D.N. (2001). Lo sviluppo come metafora della relazione. *Quaderni di Gestalt*, XVII, 30-31: 6-20.
- Stern D. N. (2006). L'implicito e l'esplicito in psicoterapia. In: Spagnuolo Lobb M. (a cura di), *L'implicito e l'esplicito in psicoterapia*. Atti del Secondo Congresso della Psicoterapia Italiana, Milano: FrancoAngeli, DVD allegato, 28-35.
- Stern D., Bruschiweiler-Stern N., Harrison A., Lyons-Ruth K., Morgan A., Nahum J., Sander L., Tronick E. (2003). On the Other Side of the Moon. The Import of Implicit Knowledge for Gestalt Therapy. In: Spagnuolo Lobb M., Amendt-Lyon N. (eds.), *Creative License: The Art of Gestalt Therapy*. Vienna and New York: Springer, 21-35.