



MI SENTO MOLTO FERITA

Ho dovuto interrompere per motivi economici una psicoterapia iniziata perchè ho tre persone a casa che assumono psicofarmaci e hanno grandi problemi. Lo psicoterapeuta che mi seguiva si è sempre mostrato molto preoccupato della situazione e il nostro rapporto era molto sincero e importante (almeno da parte mia). Non riuscendo a comunicargli la notizia, per la preoccupazione che mi generava, l'ho fatto via e-mail.

So che il messaggio è stato letto, ma non ha ritenuto darmi alcuna risposta. Non pretendevo certo un aiuto gratuito, ma mi sento molto ferita.

Se avessi raccontato le stesse cose a chiunque altro, sarebbe nata una bellissima amicizia, qui non è stato così. Non ha reputato giusto neanche darmi una risposta banale. Nulla. Sono delusa e triste per la finzione che si crea durante queste sedute. E' terribile raccontare a una persona cose che non hai mai detto a nessuno e poi avere la certezza di un totale disinteresse. Mi piacerebbe rileggere questo suo comportamento in altro modo. Può aiutarmi lei a dare a questo comportamento una lettura diversa?

La ringrazio se vorrà rispondermi.

RISPOSTA:

Gentile amica,

una psicoterapia che si rispetti, affinché possa avere un qualche successo e cioè portare cambiamenti positivi nella vita del paziente, deve seguire delle regole ormai codificate e ben precise. Tipo quelle di non avere rapporti e contatti di nessun genere tra analista ed analizzato, tipo quelle di cercare di non entrare nelle problematiche di vita quotidiana e/o esistenziali del paziente, tipo quelle di non illudere che la corrente di umana e calda simpatia che si instaura nel rapporto terapeutico (diciamo tecnicamente provocata e professionalmente gestita) possa poi implicare considerazioni o sviluppi emotivi di altra natura.

Quindi, io comprendo la sua disillusione ed il suo rammarico, ma direi che il collega non ha fatto altro che il suo dovere, in quanto tutto ciò che deve acquisire una valenza terapeutica nasce e muore all'interno del "setting", che così diventa un laboratorio di emozioni e reazioni, affinché il paziente impari poi a gestire queste emozioni fuori e lontano dalla rete protettiva dello studio.

Non si dispiaccia, ma la prego di convincersi che in psicoterapia conta solo ciò che si elabora durante le sedute: ciò che può avvenire dopo non esiste, ed anzi è meglio che non esista.

Io credo che il collega abbia letto il suo messaggio ed abbia lasciato a lei ogni considerazione di quanto stesse avvenendo, senza sollecitare né premure né false attese.

Non la prenda come un'offesa: fa solo parte del ruolo, per il migliore risultato.

Cordialmente