

## INTERVISTA AL DOTT. BUCCI DALL'ASSOCIAZIONE BRASILIANA DI TERAPIA FAMILIARE. IL VIRUS DELLA PAUSA

Il Dott. Bucci, didatta della Scuola Romana di Psicoterapia Familiare è stato intervistato per la Giornata Internazionale della Famiglia dalla presidentessa dell'ABRATEF (Associação Brasileira de Terapia Familiar). Nell'attuale momento storico in cui l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha dichiarato lo stato di pandemia, il Coronavirus è il principale protagonista e fonte di preoccupazione non solo per il mondo scientifico ma anche per ogni individuo che si è trovato "costretto" a prendersi una pausa. Ma in questa intervista, partendo dall'emozione del terapeuta, riguardo al virus ed alla pandemia, si è affrontato anche il tema della paura e come essa faccia parte della vita di ogni individuo e della vita stessa.

Sono Sivana Silvestre, l'attuale presidentessa dell'ABRATEF. Il 15 marzo, per celebrare la Giornata Internazionale della Terapia Familiare, abbiamo fatto un live di interviste con illustri terapeuti ed il dott. Bucci avrebbe dovuto essere dei nostri ma per motivi tecnici di connessione, purtroppo, non ci siamo riusciti. Pertanto, abbiamo optato per questa intervista via Zoom. Vorrei ricordare a tutti che questa commemorazione della Giornata Internazionale della Famiglia è un evento dell'ABRATEF ed anche un evento del nostro XIV Congresso Brasiliano di Terapia Familiare che, a causa del Coronavirus e di questa Pandemia, è stato rimandato al 13-15 maggio 2021.

Gli organizzatori e i collaboratori del nostro Congresso sono molto motivati ed entusiasti per questo evento. Pertanto, colgo l'occasione per rinnovare l'invito a tutti coloro che ancora non si sono iscritti, a procedere con la registrazione per partecipare al nostro Congresso sul sito [www.congressoabratef2020.com.br](http://www.congressoabratef2020.com.br). Tutte le persone che si registreranno avranno l'iscrizione e l'alloggio garantito. E, dopo questa Pandemia, avremo la soddisfazione di stare tutti assieme.

In funzione di questo evento storico, il tema che abbiamo pensato di affrontare in questi giorni, è la pausa che stiamo avendo in questo periodo nel mondo. In relazione a tale pausa, stiamo avendo la possibilità di avere un nuovo sguardo sulle competenze del terapeuta e della famiglia.

Paolo Bucci è psicologo e psicoterapeuta familiare, membro della Società Italiana di Psicologia e Psicoterapia Relazionale, didatta della Scuola Romana di Psicoterapia Familiare ed è stato l'organizzatore di un corso con il prof. Saccu sul tema delle "Emozioni del terapeuta" nel 2019. Inoltre è socio fondatore dell'Istituto Psicoanalitico di Formazione e Ricerca A. Ferrari,

La prima domanda che vorrei porre è: quali sono le riflessioni riguardo le tue emozioni circa questo momento di Pandemia? Sei a Roma, quali sono state le emozioni che tutto ciò ti ha portato?

*Grazie, Dott.ssa Silvana. Io in questo momento sono emozionato, perché a me piace l'incontro con le persone e mi piace sentire quello che avviene nell'incontro con l'altro. Quando ti ho incontrata e ti ho conosciuta, io ho sentito il calore dei colleghi brasiliani ma anche il mio calore verso i miei colleghi brasiliani. È stato un incontro felice e spero che anch'esso possa generare cose nuove. La mia riflessione sulle emozioni in questo momento sono emozioni personali che tuttavia colloco nel mio lavoro sia con i pazienti sia con i miei allievi nel ruolo di formatore.*

*Hai parlato di pausa, questo è un momento di pausa. Ma la mia idea è che questo è un momento di pausa "attiva". Non è una pausa col significato di non far nulla bensì di come fare le cose senza fare quelle che prima si facevano tutti i giorni.*

È un nuovo modo, giusto?

*Esattamente, è un nuovo modo che non permette di fuggire. Sono tre mesi che sono chiuso nella mia casa. Non possiamo fuggire, è pericoloso. Ma questo non significa che ci sia stata una assenza di attività, ma un'attività per rimanere in contatto con ciò che questa condizione mi suscitava, con la possibilità di ascoltare cose nuove che normalmente non avevo la possibilità di ascoltare perché*

*dovevo lavorare, correre di qua e di là. Normalmente non è semplice rimanere soli in compagnia di sé stessi. Questo è importante nell'introdurre il lavoro sulle emozioni in quanto, per un terapeuta, poter incontrare la sofferenza degli altri, implica la capacità di poter incontrare la propria sofferenza.*

Estremamente prezioso questo concetto

*Sì! Ma vorrei precisare una cosa. Ciò di cui sto parlando non ha che vedere con gli aspetti tecnici del lavoro terapeutico. Nel lavoro clinico possiamo considerare molteplici tecniche, ma la possibilità di poterle utilizzare è un atto relazionale ed è necessario sapere come collocare all'interno della relazione un atto tecnico. E la possibilità di utilizzare un atto tecnico non è in relazione al paziente ma al sentimento del terapeuta che sorge nell'incontro con il paziente. Tutti i giovani terapeuti necessitano di curare il paziente, di fare cose per l'altro. Quando inizia il percorso di formazione in terapia familiare ed in terapia sistemica, il compito non è curare l'altro ma come incontrare sé stesso.*

E questo focus è molto importante. Perché per il giovane allievo il compito è curare l'altro. Il punto di riferimento è sempre l'altro

*Il problema è che se cambiamo il focus ed il focus diventiamo noi stessi, c'è il rischio di fare un lavoro solamente individuale sul terapeuta. Ma quello che il terapeuta ascolta in sé stesso, è l'effetto dell'incontro con l'altro, è un aspetto relazionale.*

Stai dicendo che il terapeuta conoscendosi e conoscendo le proprie emozioni, fa un beneficio per il paziente o chi sta con lui?

*Potremmo dire che il beneficiante è la relazione tra il terapeuta ed il paziente. Perché i due dovrebbero essere attivi nella reazione. Non è solo il terapeuta davanti al paziente od il paziente davanti al terapeuta. I due creano, costruiscono una storia, una relazione che permette la possibilità di generare trasformazioni all'interno della relazione stessa. Dopodiché è nella massima libertà che il paziente sceglie cose per la sua vita. Non è il terapeuta che provoca cose per il paziente. Il paziente può scegliere e vivere la capacità di scegliere cose per sé.*

Questo è estremamente importante perché spesso le persone delegano il loro poter essere attive nella relazione, il paziente pazientemente aspetta che la conoscenza venga riversata su di lui. In questo modo diventa un po' partecipante attivo nella costruzione di questa relazione terapeutica

*Questo è un aspetto rivoluzionario dell'approccio sistemico che considera tutti i componenti del sistema come partecipanti attivi per la trasformazione di ciò che necessitano. Questo è molto importante ed allo stesso tempo molto difficile. Necessita di molto allenamento, molto rigore e molta disciplina. Perché dire ciò che sente il terapeuta a volte è molto semplice: ha paura, odio, può avere amore nei confronti del paziente ma non è sufficiente sentire questi sentimenti. È importante poterli trasformare in un qualcosa che dia un senso alla relazione. Non è la descrizione di ciò che sento. Io sento una cosa e necessito trasformarla in me stesso per poterla comunicare come ipotesi al paziente per discuterne assieme. Io non svelo nulla che il paziente stesso non voglia svelare. Ma posso permettere al paziente di guardare il proprio funzionamento ed utilizzare la propria capacità di funzionare.*

Questo è un processo di conoscenza di sé stessi, delle proprie emozioni nella costruzione della relazione che è complesso. Come viene insegnato ciò nella Scuola Romana di Psicoterapia Familiare?

*Ci sono alcuni aspetti tecnici ed alcuni aspetti della relazione. Un aspetto tecnico è l'uso del genogramma. Ogni allievo, ha la possibilità di portare il proprio genogramma, di fronte ai suoi colleghi del gruppo di training e di parlare della propria famiglia. A volte parlano della propria famiglia, altre volte sembra come se stessero portando il proprio albero genealogico. Ma il genogramma non è l'albero genealogico. Il genogramma che io utilizzo, permette di vedere, attraverso la storia, le immagini dei genitori, quelle dei nonni come il terapeuta rappresenta se stesso mentre è implicato a fare il genogramma. Non si tratta di una descrizione di una storia ma di vivere una esperienza. In questo modo si possono delineare rappresentazioni di se che indicano i processi di individuazione relativamente a ciò che Bowen definisce "massa indifferenziata dell'Io". Lui può osservare che, nel momento in cui parla di sé, ci sono aspetti che non guarda. Quello è il momento in cui si apre la possibilità di cambiare la prospettiva per poter vedere quello che prima non poteva osservare ed è libero di osservare le implicazioni e di decidere come orientarsi*

*È un riconoscimento della propria storia, della propria narrativa, della transgenerazionalità di ciascuno. Nel senso, che se io mi approprio di questa storia, mi rinforzo e sono maggiormente in grado di essere nella relazione con l'altro?*

*Perfetto! C'è la possibilità sia di appropriarsi della storia, sia di poter vedere questa storia da una diversa prospettiva. Questo è molto importante perché, poter vedere con più prospettive la stessa cosa, permette anche di attivare il pensiero.*

*Ed in questo momento che l'Italia ed il mondo intero stanno vivendo, l'Italia ci ha costernati tutti noi perché sta soffrendo, una sofferenza che l'ha colpita per prima dopo la Cina ed è stato qualcosa di molto triste. E come è stato rivedere la propria storia, lavorare con i tuoi allievi, con i tuoi supervisionati, con i tuoi pazienti? Come ti sei destreggiato?*

*Intanto per me l'idea del COVID non è lo stesso dei governanti italiani o degli scienziati o del mondo scientifico. C'è un aspetto scientifico: in questo momento nessuno sa come combattere il Coronavirus*

*In realtà nessuno sa esattamente cosa sia, e quindi quali siano le emozioni degli esseri umani di fronte a questo sconosciuto!*

*Non è il Coronavirus che genera paura. Le persone normalmente hanno paura. Ma quando succedono cose che non possono comprendere, in quel momento, pensano che la causa sia il Coronavirus. In quel momento, c'è il rischio che le persone non possano pensare più a nient'altro. In Italia la capacità di limitare la distanza tra le persone e lo stare in casa ha permesso di diminuire la forza del virus e contenere il contagio. Il virus non è cambiato, è cambiata la sua violenza. Il problema è che tutti noi abbiamo paura, non è necessario il virus!*

*Fa parte della vita, così come l'ansia di fronte a ciò che ci è sconosciuto*

*Esattamente! C'è una poesia di una ragazza ebrea che stava al campo di concentramento di Auschwitz che ha scritto una poesia molto breve: "Guerra, guerra se sei fuori di me non sei dentro me".*

*Credo che la guerra e la paura di vivere siano di tutte le persone. Noi viviamo ma non sappiamo il perché, sappiamo solo che prima o poi moriremo. Questa è l'unica certezza.*

*L'unica certezza che abbiamo*

*Tutto è molto incerto. Quando avviene un qualcosa come il Coronavirus, che non possiamo controllare, paradossalmente se c'è una guerra, noi possiamo controllare il nemico ma il*

*Coronavirus no, non sappiamo controllarlo, questo determina un'angoscia enorme che non ha a che vedere sul come combatterlo ma sul come combattere gli aspetti della nostra incertezza. Io in questo momento sono all'interno di un'equipe di aiuto per le persone con difficoltà psicologiche nel momento dell'emergenza Coronavirus. Sono persone molto semplici che non hanno paura del Coronavirus, ma hanno il timore che possa succedere qualcosa ai propri genitori, alla madre e non sanno cosa fare. Ed il rischio è che si fermino senza alcuna possibilità di muoversi. Perché se una persona si muove, aumenta il rischio che possa succedere qualcosa. Aiutare queste persone non è facile, ma il problema è che o dovremmo convincerle che non hanno il problema o verificare se essi hanno gli strumenti per affrontare il problema*

Stai parlando di una cosa molto importante: in questo momento dovremmo non solo differenziare le nostre emozioni ma anche avere la capacità di percepire quello che è reale da ciò che non è reale. In questo momento avere paura di ciò che ci è sconosciuto, e di fronte a tutto ciò, è un qualcosa che tutti noi siamo soggetti, incluso noi psicoterapeuti.

*Per questo io penso che non sia adeguato fare una distinzione tra ciò che è reale e ciò che non è reale, la paura di non "sapere" è reale. Così come la difficoltà di trattare quella paura. Perché se si ha paura di avere un cancro, è concreto questo problema, ma se si ha paura della paura non si può affrontare un tema molto importante e cioè che la paura è la conseguenza dell'ignoranza. Chi non sa, ha paura. Chi non approfondisce la realtà, ha paura perché non ha gli strumenti per dare significato alle cose. La paura è la conseguenza dell'ignoranza. Per questo, quando lavoro con i pazienti, non lavoro per eliminare la paura ma come permettere di vedere che le persone hanno gli strumenti per affrontare la paura stessa.*

Molto interessante! Noi stiamo parlando delle competenze è che il tema del nostro Congresso.

*Non è la competenza solo del terapeuta ma anche del paziente il quale ha la necessità di comprendere che ha la capacità di attingere alle proprie competenze.*

*Ritornando al come lavorare sulle emozioni del terapeuta e degli allievi: con il genogramma è una possibilità tecnica che permette ad ognuno di incontrare le proprie emozioni quando si parla della propria famiglia. Un esempio: a volte lo studente parla della difficoltà del rapporto con la madre, della nonna ma non parla del padre. Allora nel genogramma la domanda non è sulla madre o sulla nonna ma come mai non parla del padre? In quel momento l'allievo è sollecitato ad aprire la sua visione. Era convinta che il problema fosse con la madre, ma se non può vedere la presenza del padre, ha una visione limitata e ristretta. Necessita di poter aprire la sua visione. Lo strumento del genogramma aiuta. Poi è molto importante che gli allievi abbiano la capacità non tanto di fare cose tecniche quanto di incontrare i pazienti. I nostri allievi fanno tirocini, lavorano, incontrano persone, si interfacciano con situazioni diverse. È pertanto importante utilizzare le situazioni per mostrare come, qualche volta, è l'idea del terapeuta che crea il problema. Non c'è la possibilità di vedere il problema perché l'idea, ovvero il preconetto del terapeuta non permette di incontrare il problema del paziente. Il terapeuta si mobilita per togliere il problema al paziente non per osservarlo insieme al paziente.*

Questo non è facile, noi tante volte arriviamo ed estirpiamo pur sapendo

*Un aspetto molto importante della terapia sistemica, all'inizio con Von Bertalanffy, è di diminuire l'idea che tutti i problemi degli esseri umani siano problemi psicopatologici. Perché se sono solo psicopatologici, allora necessitano soltanto di farmaci e cure comportamentali per "guarire la patologia". Ho stima dei farmaci e delle altre forme di terapie psicologiche, ma la difficoltà sta nel come incontrare la persona, non come ridurre l'uomo a psicopatologia sì e psicopatologia no. Negli anni '50, in Europa e nel Mondo c'era l'idea molto forte che l'intervento biologico fosse riduzionista non permettendo di incontrare i problemi della persona. La visione sistemica ha*

*introdotta la possibilità di confrontarsi con le risorse delle persone e non solo per aiutarle a riempire il vuoto delle loro vite, come permettere ad esse di vedere che i problemi che sostengono le loro sofferenze, sono problemi che loro stessi generano, non sono problemi che gli altri possono eliminare.*

Esattamente! La questione è che noi abbiamo pensato a questa tematica quel giorno in cui ci è stato l'incontro live e ci furono molte domande. Una di esse, che si inserisce in questo discorso è legato a ciò che hai proposto, ovvero di come svegliare le competenze del terapeuta, ripercorrendo le proprie emozioni, attraverso il genogramma ed in questo modo possiamo avere la possibilità di avere una relazione con il paziente che ci troviamo di fronte.

*Se può succedere questo, quando succede, e ciò per fortuna succede, il terapeuta si sente più leggero nella relazione.*

Il punto che più è emerso in queste live, ovvero la domanda più ricorrente è stata: "Che tipo di competenze hai visto, in funzione di questa pandemia, risvegliarsi nelle famiglie, nelle coppie e nei matrimoni?" Hai percepito questo movimento o tale movimento è già inserito all'interno del discorso che abbiamo condiviso fino ad ora? Il movimento a cui ti stai riferendo è un movimento che viene più da dentro, dentro di me, dentro dall'altro e si incontrano nella co-costruzione della relazione, di questa nuova narrativa, giusto?

*Le persone, dopo il Coronavirus, parlavano di problemi in una modalità molto diversa. Non avevano i problemi di prima, avevano il problema del Coronavirus. Ma il problema è lo stesso, solo che aveva un diverso nome. Non è che in quanto Coronavirus ha una specificità particolare. La specificità è che tale famiglia necessita incontrare, ad esempio, l'adolescenza del figlio. Una famiglia che ha un adolescente, il problema del Coronavirus può essere minore rispetto ad avere un figlio in questa fase. Perché il figlio adolescente ha la capacità di tirar fuori il fatto che non possiamo controllare nulla.*

*Nell'adolescenza i genitori si confrontano con un individuo che non è più infante, sta per diventare adulto.*

C'è tutto un processo che porta conflitti nelle persone. Quello di cui stai parlando, di tutto ciò che hai vissuto in Italia, con la gravità di quello che è successo lì, io credo che stai testimoniando un aspetto molto importante, ossia che è rilevante il discorso della pandemia, del Coronavirus ma che ci sono altre tematiche come ad esempio l'adolescenza ed altri processi individuali. Il Coronavirus si inserisce come una tematica in più tra le varie possibilità della vita

*In questo senso, il Coronavirus ci aiuta in quanto permette alle persone di porsi domande sulla propria vita.*

Penso che sia in questo la grande salvezza della competenza e la possibilità di trasformazione e di crescita.

*Quello che appare un nemico, nel momento che è presente, può essere un'opportunità.*

Ciò è incredibile! È una riflessione eccellente!

*Non possiamo pensare di tornare come eravamo prima ma è un'opportunità per modificare il futuro.*

Credo che questa sia un'opportunità per modificare il futuro. Nel senso che sta nell'approfittare realmente di questa situazione, di questa pausa nel mondo, di questo contesto se noi ci ridefiniamo e se cambiamo persino le nostre nuove possibilità, vinceremo, giusto? Questa è una grande scoperta,

per così dire, giusto? Se noi riuscissimo ad immaginare queste alternative, avremmo la possibilità di usare ciò che sta accadendo come un'opportunità per una vera trasformazione.

*La terra ha i terremoti, ha tsunami, ha disastri ma l'uomo continua a vivere.*

Nonostante le catastrofi l'uomo ha sempre sopravvissuto, giusto?

*No, molte persone possono morire ma quelle che rimangono hanno la capacità di usare la vita. Perché la vita vuole vivere. Punto. Non ci sono altre possibilità. Non è l'uomo che desidera fare la vita. Non abbiamo la vita. E la vita che abbiamo nella nostra corporeità decide di vivere. Anche quando diventa matta, si trasforma in cancro, ma il cancro è un eccesso di vita cellulare, è una vita che non sa come vivere! E se un eccesso di cellule si riproducono, un individuo può morire ma quelle cellule desiderano vivere.*

Noi ci stiamo avviando verso la conclusione. Trovo meravigliose le tue parole, credo che abbia scaldato il cuore di tutti quelli che hanno avuto la possibilità di sentire il tuo discorso e portare la possibilità di pensare a queste alternative.

*Chiedo scusa per il mio portoghese poiché non è eccelso, ma il mio intento era quello di permettere di pensare, io non avevo soluzioni.*

Questa è la grande possibilità. Se noi pensiamo allora possiamo trasformare.

*Esattamente! Diminuiamo la paura e possiamo trasformare con attenzione ai nostri limiti. Perché se noi possiamo trovare e possiamo vedere, possiamo anche vedere che abbiamo limiti. Solamente accettando i nostri limiti li possiamo superare.*

Trovo davvero meraviglioso poter ascoltare le tue parole e colgo l'occasione per invitare tutti voi a venire ad ascoltarci ed ascoltare le parole del dott. Bucci al congresso. Avremo un tempo ben più lungo per poterci confrontare. Ti ringrazio molto a nome dell'ABRATEF ed in nome del XIV Congresso Brasiliano di Terapia Familiare. Chissà se potremmo organizzare con altre modalità.

Noi dell'ABRATEF siamo molto attenti riguardo a quello che sta succedendo nel Mondo e siamo attenti alla possibilità di questo momento unico in cui abbiamo l'occasione di stare assieme in altre forme. Credo che questo faccia sì che possiamo trascendere su tutte queste questioni, noi siamo assieme nel mondo e questa pausa possa essere realmente gratificante e citando le parole del dott. Bucci, possa essere nella costruzione di nuove opportunità.

*Una paura attiva*

Per chiudere, ti piacerebbe lasciare un messaggio a tutti noi?

*Io credo che il messaggio è quello che le persone hanno ascoltato del mio discorso, all'interno di esso c'è il messaggio. Il mio invito è di ascoltare il messaggio del mio discorso. Non c'è un altro messaggio altrimenti sarei il papa, io non sono il papa, il papa lascia messaggi.*

In questo momento sei un caro amico che ancora una volta ringraziamo per questa opportunità unica di stare con te, come fu un'opportunità unica per noi stare con te a Roma e che avremo in futuro modo come tu verrai qua e noi verremo lì.

*A me piacciono i vostri quesiti, io ne ho dei miei e potremmo unirli. Ma necessitiamo di vivere un tempo. Non possiamo fare tutto in un momento. Non c'è una ricetta per tutto, ma c'è come costruire una relazione*

“Come costruire una relazione” ed ecco qui il tuo messaggio

*Come la relazione finirà non lo so, perché non so come, quando e perché. La mia idea è di stare all'interno della relazione con voi per vedere cosa potremmo costruire assieme. Questo è stato un messaggio.*

È stato un grande messaggio. Un abbraccio a te, a Saccu, la Telfner e a tutti i nostri amici da noi brasiliani ed a tutti voi che state vedendo la nostra intervista, estremamente gradevole. Ringraziamo per tutto l'appoggio e la collaborazione per l'ABRATEF e per il nostro XIV Congresso. Molte grazie

Tradotto dalla dott.ssa Ingrid Monteiro