

EDITORIALE

L'altro sei tu che ti guardi allo specchio.

*di Francesco Colacicco**

Anche in questo numero siamo lieti di ospitare i contributi di tanti colleghi. La bella intervista a Cirillo su *Le sette porte della terapia sistemica*, il dialogo con Cancrini su *l'Empatia nella psicoterapia* e un intervento di Lorna Benjamin nel corso del master sulla Terapia Ricostruttiva Interpersonale che ha svolto a Roma lo scorso maggio.

In *Arte e psiche* abbiamo voluto dedicare un largo spazio ad Andrea Camilleri, riflettendo sul rapporto tra narrazione e psicoterapia. Su di lui hanno scritto: Giuseppe Fabiano, *Andrea Camilleri: quando la persona supera il personaggio*; Gianmarco Manfreda, *Andrea Camilleri, grande cantastorie*; Rita D'Angelo, *La narrazione e il corso delle cose* Nella stessa rubrica presentiamo anche una nostra intervista a Marcello Fonte, l'attore premiato lo scorso anno a Cannes come miglior attore. Memorabile la sua interpretazione in *Dogman* di Matteo Garrone.

Due articoli su altrettanti casi clinici sono a cura di Antonella Germanotta, *Accendimi, non voglio spegnermi* e di Raffaella Schiavone, *Un innesto fecondo*. In *Argomenti di psicoterapia* pubblichiamo un toccante articolo di Ilaria Carosi su *L'Aquila, anno X* ed un mio discorso su *L'empatia come strumento terapeutico*. In *Suggestioni* pubblichiamo la prefazione di Maricla Boggio al suo libro su Dominot,

* Dott. Francesco Colacicco, didatta del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale, Direttore dell'Istituto Dedalus di Roma, Scuola di specializzazione in psicoterapia sistemico e relazionale, nonché direttore scientifico di questa rivista.

un personaggio singolare dello spettacolo e della vita intellettuale romana degli anni ottanta. La recensione di *Dominot, racconto confidenziale* è di Fabrizio Seripa. *La proposta* è di Alessia Boccioni che ci spiega *L'uso dell'EMDR nella terapia con i bambini*.

Abbiamo anche girato un filmato sul Congresso EFTA-SIPPR, *Visible and Invisible: Bordering Change in Systemic Family Therapy*, raccogliendo testimonianze ed intervistando i principali relatori. Per il magnifico lavoro mi congratulo con Olivia Pagano, Igor Siciliano, Viviana Scatola e Andrea Ferrazza. Bravissimi.

Come sempre il numero si chiude con le nostre *Recensioni*. Di Paola Ricca, sul primo libro di narrativa di Roberto Tatarelli, neuropsichiatra e psicoanalista dall'importante carriera accademica. Di Laura Tullio e Giorgia Cesarini, sul master per CTU e CTP *Lo psicoterapeuta in tribunale*. Di Marica Pugliese su un evento del CIAI. *Inseguendo gabbiani*, è il grazioso commento di Alessandra Pomilio al lavoro della Benjamin durante il master *Si tratta di cuori spezzati, non di cervelli rotti* organizzato a Roma da Dedalus.

Seguono alcune letture consigliate dalla redazione.

Camilleri il cantastorie

In questo numero parliamo tanto di empatia. E' un tema importante per noi terapeuti. E la scelta di ricordare Camilleri attraverso l'analisi del suo metodo narrativo è un tentativo per mostrare come empatia e narrazione si coniugano nel discorso terapeutico.

“Io stesso mi considero più che uno scrittore un cantastorie, cioè uno che esaurisce nella narrazione ogni sua possibilità di espressione”. Così diceva di sé Andrea Camilleri.

Luca Zingaretti¹, ricordando quando seguiva le sue lezioni all'Accademia nazionale d'arte drammatica, lo descrive in questo modo: “Fu così che mi imbattei per la prima volta nell'incredibile capacità affabulatoria di questo individuo ... ci faceva vedere come ciò che davamo per scontato potesse invece essere straordinario a patto di saperlo vedere, guardare, apprezzare ... Ci raccontava di

¹ Zingaretti L., *Un personaggio in cerca d'autore*, in *Micromega*, 5/2018

averlo imparato a coglierlo da ragazzino, quando si annoiava”. Era “capace di mostrarti delle cose un aspetto che ti spiazzava, come se di quell’oggetto ti restituisse il lato che non riuscivi a vedere, che neanche sapevi ci fosse”. Nei suoi romanzi “ha questo modo assolutamente non convenzionale di leggere la realtà, questo gusto del paradosso, del trovare il particolare che altri non hanno visto, di riflettere con lo specchio che ha dentro di sé un lato mai scontato e mai convenzionale dell’oggetto che l’altro non riesce a vedere nella sua interezza”. Di nuovo lo specchio. Di nuovo parliamo di empatia.

Camilleri racconta che quando si preparava per le sue regie, leggendo e rileggendo il copione, a un certo punto gli capitava uno *strano fenomeno*: “possedevo talmente il testo che i personaggi si alzavano dalla pagina e cominciavano a girare per la stanza come creature in carne e ossa”. Questa sua capacità di inverare le proprie storie attraverso il racconto e di rendere vivi i suoi personaggi la ritroviamo nei suoi romanzi e lo strano fenomeno di cui lui parla contagia i suoi lettori: ognuno di noi, leggendoli, vede animarsi dalle pagine del libro i protagonisti delle sue storie. I suoi racconti ti coinvolgono.

Il successo enorme di Montalbano ha molto a che fare con questa proprietà, ancor più esaltata dall’uso del “viganese”², una lingua di fantasia costruita come suggeriva Pirandello, adoperando il modo di parlare della piccola borghesia siciliana, mischiando dialetto e lingua: “di una data cosa la lingua ne esprime il concetto, mentre della medesima cosa il dialetto ne esprime il sentimento”.

Per formalizzare una situazione, renderla distante da ogni sentimento, Camilleri adopera l’italiano; “... per ogni mozione degli affetti, ogni ricerca di intimità del discorso, per rendere più penetranti le parole” usa il dialetto. Il testo emette così una sua musicalità e senza soffermarsi sulla parola scritta il lettore la interpreta attraverso i suoi suoni.

L’uso del dialetto che ne fa Camilleri assume una forma analogica, consente ai suoi personaggi di *utilizzare* il non verbale, una forma paralinguistica (dà tono, frequenza e ritmo alle parole, talvolta “silenziandole”) e cinesica (fa muovere i loro corpi, attraverso la mimica, i gesti, la postura) di comunicazione con il lettore.

² Camilleri A., *Camilleri sono*, in *Micromega*, 5/2018

Stiamo ancora facendo riferimento all'empatia, a quella capacità relazionale innata che ci consente di cogliere il senso pieno di una comunicazione.

La vocina è fatta di valori e regole

Ho scritto qui un mio articolo sull'empatia come strumento terapeutico ma in questo editoriale voglio aggiungere alcune mie considerazioni sui limiti e sulle possibilità di questa nostra capacità d'interagire emotivamente con gli altri sul piano sociale. E' un meccanismo innato, è una proprietà comunicativa che ci consente di guardare alla vita degli altri prendendo in prestito i loro occhi, di vivere le loro stesse emozioni. Come sappiamo prevede la sospensione di giudizio sull'altro e richiede un approccio altruista, di generosità e disponibilità verso l'altro: solo se sentiamo le emozioni dell'altro potremo essere motivati ad aiutarlo. Tuttavia l'empatia a volte può far male.

Guardare con empatia ai bisogni dell'altro può non essere piacevole, soprattutto se lo sguardo è rivolto alla sofferenza di persone diverse da noi, che non conosciamo. Spesso non è facile controllare questa attenzione speciale verso l'altro e finiamo per distogliere lo sguardo, girare la testa perché emotivamente sconvolti³. L'esempio più immediato è quando distogli lo sguardo da un corpo martoriato e ferito, perché la vista è emotivamente insostenibile.

Ecco come Camilleri⁴ racconta questo episodio della sua vita alla nipotina Matilda:

Nel 2001, decisi di prendermi una vacanza e trascorrere una settimana a Vienna dove non ero mai stato. Con me vennero Rosetta e Mariolina, la figlia più piccola. Una mattina decidemmo di andare al Museo di storia dell' arte. Davanti alla famosa Torre di Babele di Bruegel sostammo per un po'. A un tratto, senza alcun preavviso, sentii come se un maglio pesantissimo cominciasse a premere sulla mia testa, aprii la bocca, volevo dire ai miei "Mi sto sentendo male", invece mi uscirono fuori delle parole prive di senso. In una frazione di secondo percepii lucidamente che stavo perdendo la possibilità di parlare e in quel preciso momento tutti i capil-

³ Ayan Steve, *Il lato oscuro dell'empatia*, in Mind. Mente & cervello, n.166, Roma 2018

⁴ Camilleri A., *Ora dimmi di te. Lettera a Matilda*, Bompiani, Firenze 2018

lari della mia testa esplosero sotto la pressione di quel maglio. Il sangue cominciò a sgorgarmi dal naso a fiotti tanto che dovevo continuamente inghiottirne buona parte per non restare soffocato. Uscimmo, cominciammo a traversare il parco, io ormai avevo i vestiti completamente imbrattati di sangue e l'epistassi non accennava a fermarsi, anzi. Allora mia figlia corse alla ricerca di un taxi, mia moglie mi accompagnò fino all'uscita del parco, correndo anche lei alla ricerca di un aiuto. Io rimasi solo. La gente - i buoni, civili, austriaci - passava davanti a me e mi guardava ma nessuno in quella via affollatissima mi si avvicinò per chiedermi se avevo bisogno di aiuto, anzi alcuni, nel vedere che continuavo a perdere sangue, si scostavano disgustati.

Questo spiega perché guardare la foto di un uomo che annaspa in acqua e rischia di affogare oppure quella del corpo del piccolo Aylan in braccio alla guardia turca non sia stato sufficiente ad aiutare gli italiani a tenere i “porti aperti”. Per tanti l'effetto è opposto, impaurisce e fa distogliere lo sguardo, negando il problema o perfino vivendolo come un attacco alla propria stabilità.

Lo *stress empatico* è un fenomeno noto in ambito sanitario e dell'assistenza sociale. Lo sanno bene medici, psicoterapeuti, assistenti sociali. A questi professionisti viene richiesta empatia nel rapporto con i propri pazienti e assistiti, in qualche modo di partecipare alla loro sofferenza, ma dosarsi non è sempre semplice ed a volte succede che il coinvolgimento emotivo diventa eccessivo, che si identifichino troppo con chi soffre e che soffrano anche loro, a volte della medesima sofferenza, oppure, per reazione, assumano forme di indifferenza e cinismo.

Lo stress empatico a livello sociale può indurre risposte analoghe a quelle che si determinano in questi contesti più terapeutici e assistenziali, riducendo la nostra disponibilità verso gli altri. Quando ci identifichiamo troppo corriamo il rischio di girare la testa altrove, di non riuscire più a vedere il dolore dell'altro perché ci destabilizza, *liberandoci* dalla responsabilità di un umano coinvolgimento.

Ovviamente grazie all'empatia è possibile promuovere azioni “moralmente” positive mentre senza empatia diminuisce la nostra disponibilità ad aiutare gli altri. Questo fa sì che l'empatia sul piano sociale è molto connotata moralmente e conseguentemente l'opinione pubblica la stimola oppure ne lamenta la carenza. Empatia come generosità altruistica opposta all'egoismo individualista? Forse è

una contrapposizione inutile e fuorviante. Anche sul piano sociale come in stanza di terapia l'empatia va ben dosata e gestita, se è troppa o mette distanza o crea invischiamento.

Sul piano sociale e politico si è anche osservato che il nostro senso di responsabilità verso l'altro aumenta se abbiamo a che fare con un'unica vittima piuttosto che con un fenomeno che riguarda tanti, tutti, come ad esempio il cambiamento climatico ... e verso quella che ci appare (a torto o a ragione) come vittima emarginata di un sistema, in lotta contro i "poteri forti", scatta la vicinanza, la solidarietà assoluta e l'acritica approvazione di ogni suo comportamento⁵. Per i membri della nostra famiglia, per gli iscritti al nostro club, per i tesserati alla nostra squadra di calcio, per gli "italiani" proviamo più empatia di quella che proviamo per gli "estranei", di cui ignoriamo valori e forme d'esistenza. Con coloro non riusciamo ad identificarci e così li vediamo spesso con sospetto.

Questa forma *filtrata* di empatia (così la definisce Fritz Breithaupt⁶, l'autore della controversa teoria sul *lato oscuro* dell'empatia) ci fa sentire parte del gruppo dei "buoni": su queste premesse hanno costruito la loro fortuna politica Trump e Salvini. Due combattenti che lottano strenuamente contro il mondo dei "cattivi", attaccati da tutti e che ottengono l'approvazione degli altri per empatia. Ti spingono a prendere posizione ("o con me o contro di me") ed a schierarti. Una volta che ti senti parte del club strutturi un patto di fedeltà con la vittima con la quale ti sei identificato e che diventa poi il tuo "capitano". Tutti i moderni populismi si fondano su questa ricetta, da Marine Le Pen in Francia all'AFD in Germania, da Donald Trump negli USA a Matteo Salvini in Italia. E' fondamentale avere un *nemico cattivo* da contrastare. Così è l'Europa, così è il tuo avversario politico e con la comunicazione attraverso i social, attraverso l'immagine, il linguaggio da strada (la comunicazione analogica), l'impatto emotivo è più forte. Secondo Breithaupt si tratta di promuovere la coscienza delle persone, di dare voce alla nostra *voce interiore*, a quell'aspettativa di "rispondere ai rimproveri". Forse si riferisce a qualcosa di simile alla Legge del Padre di Lacan: la vera

⁵ Bloom P., *Against Empathy*, Bodley Head, Londra 2016

⁶ Breithaupt F., *A Three-Person Model of Empathy*, in *Emotion Review*, n. 4, 2012

funzione del Padre “è quella di unire (e non di opporre) un desiderio con la Legge”, di farci appropriare del senso del limite.

Tornando al racconto di Camilleri ecco come lo conclude:

Fu allora che davanti a me comparve un arabo, un venditore di cianfrusaglie, un pezzente, che aveva a tracolla una grande scatola di metallo. Si levò la scatola di corsa dalle spalle, la poggiò a terra, mi ci fece sedere sopra, con un fazzoletto che estrasse dalle tasche tentò di tamponarmi il sangue non riuscendoci, allora mi disse in una lingua che non conoscevo ma che capii lo stesso di aspettarlo lì un momento, corse via, tornò con una sciarpa bagnata di acqua gelida che usò per pulirmi la faccia, cercò di metterla alla radice del naso per tamponarmi il sangue, non ci riuscì, ogni tanto mi faceva una carezza sul volto dicendomi parole che capivo essere di incoraggiamento. Finalmente arrivò un taxi con dentro Rosetta e Mariolina, io mi alzai, cercai in tasca, trovai un biglietto da cinquantamila lire, glielo porsi, rifiutò con grandissima dignità e disse, avendomi sentito parlare in italiano con i miei:

"Io solo amico."

Si riprese la cassetta e se ne andò. Questo è "l'altro".

... e come parla la sua vocina interiore:

Noi siamo un popolo di emigranti, a milioni ci siamo dispersi nel mondo, dagli Stati Uniti alla Germania al Belgio, e sappiamo quanto costi abbandonare il proprio paese, i propri cari, le proprie abitudini.

L'altro sei tu che ti guardi allo specchio. L'altro sei tu. Come erano altri gli italiani emigranti.

E non bisogna avere paura, innanzitutto perché non c'è motivo e poi perché questi migranti spesso contribuiscono, e di molto, alla crescita di un paese.

La vocina è fatta di valori e regole, di modelli culturali ... ed i modelli di cui abbiamo oggi bisogno debbono costruirsi sul *Noi* piuttosto che sull'*Io*, creando una prospettiva comune pur partendo da premesse differenti.

Questa è la scommessa di oggi e la si gioca a casa, a scuola, sul posto di lavoro, nella nostra società. Gli strumenti privilegiati sono la formazione e l'esempio, quel filo di collegamento tra vecchie e nuove generazioni che crea ricerca ed innovazione, un mondo più giusto e meno conflittuale.