

*Crea tutta la felicità che sei in grado di creare: elimina  
tutta l'infelicità che sei in grado di eliminare; ogni giorno  
ti darà l'occasione, ti inviterà ad aggiungere qualcosa ai  
piaceri altrui o a diminuire qualcosa delle loro sofferenze.  
E per ogni granello di gioia che seminerai nel petto di un  
altro, tu troverai un raccolto nel tuo petto, mentre ogni dis-  
spiacere che tu toglierai dai pensieri e sentimenti di un'al-  
tra creatura sarà sostituito da meravigliosa pace e gioia  
nel santuario della tua anima.*

Jeremy Bentham

Spesso quando si fantastica sul bussare alla porta di uno psicologo non si è soli. I cliché e le paure si intrecciano in un vortice di dubbi che sfociano nella creazione di un'equazio-  
ne impeccabile: stanza dello psicologo = tritacarne cerebrale  
e psichico. Da cui l'epiteto "strizzacervelli". Questa spietata  
macchina di tortura è costruita su due ingranaggi fondamen-  
tali. La prima è il tempo. Un tempo lungo abitato da decaidi  
che si susseguono inesorabilmente dove si sa quando si entra  
ma non quando si esce. La seconda è il numero di problemi.  
Si vocifera infatti che gli psicologi abbiano ideato una mo-  
struosa formula logaritmica in grado di aumentare, in manie-  
ra esponenziale, il numero di problemi presentati in partenza  
dalla persona. In questa macchina metafisica, così ben ole-  
ata, sembra che la funzionalità simergica dei due ingranaggi,  
tempo più numero di problemi maggiorato, risucchi le perso-  
ne in un vortice di torture indescrivibili. Solo i più temerari

È evidente, a questo punto, che la carica affettiva, positiva o negativa, legata ai luoghi del nostro esistere, condiziona i vissuti e i rapporti tra noi e l'ambiente.  
In ultima analisi possiamo affermare che se l'ambiente influenza il nostro comportamento e i nostri pensieri, è pur vero che tutti noi, con il nostro modo di pensare e di agire, tendiamo a modificare l'ambiente in cui viviamo.  
Le nostre città non sono altro che l'espressione dei diversi bisogni, delle diverse culture e necessità che un determinato momento storico ha ereditato, integrato e sviluppato in una realtà complessa, spesso contraddittoria ma certamente non definitiva<sup>4</sup>.

<sup>4</sup> Sulla psicologia ambientale si veda la seguente bibliografia specifica minima: Bonnes, M., Secchiaroli, G., *Psicologia ambientale, Carocci*, Roma, 1998; Costa, M., *Psicologia ambientale e architettonica*, Franco Angeli, Roma, 2009; Bonnes, M., Bonaiuto, T., Lee, T., *Teorie in pratica per la psicologia ambientale*, Raffaello Cortina, Milano, 2004; Baroni, M.R., *Psicologia ambientale*, Il Mulino, Bologna, 1998.

passeranno dal fantasticare alla realtà. Ma tra la realtà e la fantasia la scrittura può offrire un'esperienza di concretezza parzialmente fedele e a tratti virtuale. Proviamo allora a bussare alla porta di uno psicologo. Entrando possiamo appurare che la figura del professionista ha lineamenti umani. Il suo viso non ospita due nasi oppure un solo occhio sulla fronte inoltre non rileviamo tracce di due o più teste. La sua fisicità non custodisce fattezze mitologiche da Centauro o Satiro. Mi rendo conto di chiedere un grande atto di coraggio ma possiamo accomodarci e affidare le nostre fragilità alla responsabilità etica del professionista che abbiamo davanti. Gli interventi psicologici offrono un percorso di evoluzione personale. Psiche si trova vis à vis con i suoi tranelli e tesori. Obiettivo ultimo del lavoro interiore è quello di creare un percorso capace di conferire al paziente un'autentica libertà di scelta sdoganata da rigidi schemi e coazioni a ripetere, come insegna il buon nonno Freud. Nel lavoro psicologico la dimensione della responsabilità del professionista sia a livello individuale e sia a livello sociale è vasta e fragile. Tale dimensione si amplia e si rinvigorisce in quanto è connessa ad ambiti quali la salute, la protezione, la salvaguardia dell'unicità dell'individuo. Lo psicologo è cosciente che attraverso la sua azione terapeutica interviene significativamente nella vita dei suoi pazienti e non solo. Le responsabilità di un terapeuta infatti si estendono anche nei confronti della società e del gruppo professionale di appartenenza. Inevitabile dunque, per limitare al minimo le interpretazioni soggettive delle regole, la creazione di un codice etico condiviso. Mutuando la definizione standard del termine filosofico, Lacan definisce l'etica come un "giudizio sulla nostra azione", utile a valutare i fini e i mezzi del comportamento umano. A tal proposito nel 1997 l'European Federation Psychologist's Association (EFPA) ha stilato e redatto il Metacodice e la Charta Etica. Successivamente nel 2008 l'International Union of Psychological Science (IUPsyS) ha approvato la Dichiarazione Universale dei principi etici degli psicologi, nella consapevolezza, come sottolinea lo psicologo Paolo Bozzaro, che non può esserci una "buona pratica psicologica" senza una "buona pratica deontologica", rispettosa

cioè dei quattro principi etici della professione. Il primo è il rispetto e la promozione del diritto delle persone e della loro dignità, il secondo è la competenza, il terzo la responsabilità e il quarto l'onestà, integrità, lealtà e trasparenza. Essi garantiscono la corretta definizione del perimetro relazionale e contrattuale nel quale si svolgono le prestazioni della professione psicologica. Questa breve trattazione converge il focus attento sul terzo principio etico del Codice Deontologico degli psicologi, la responsabilità. "La responsabilità è la cura per un altro essere quando venga riconosciuta come dovere, diventando 'apprensione' nel caso in cui venga minacciata la vulnerabilità di quell'essere. Ma la paura è già racchiusa potenzialmente nella questione originaria da cui si può immaginare scaturisca ogni responsabilità attiva: che cosa capiterà a quell'essere, se io non mi prendo cura di lui? Quanto più è oscura la risposta, tanto più nitidamente delineata è la responsabilità. Quanto più lontano nel futuro, quanto più distante dalle proprie gioie e dai propri dolori, quanto meno familiare è nel suo manifestarsi ciò che va temuto, tanto più la chiarezza dell'immaginazione e la sensibilità emotiva debbono essere mobilitate a quello scopo"<sup>1</sup>. Hans Jonas, filosofo tedesco di adozione statunitense, ci propone un'immagine di presa in carico dell'altro umana, elegante e altamente emotiva. Parlando di etica della responsabilità all'interno del campo della psicologia, è utile dare un'occhiata ad alcuni articoli del Codice Deontologico degli psicologi.

### Articolo 3

*Lo psicologo è responsabile dei propri atti professionali e delle loro prevedibili dirette conseguenze.*

Ho già sottolineato come un intervento psicologico va considerato efficace e benefico per la persona se crea una migliore comprensione di se stesso e di conseguenza degli

<sup>1</sup> Jonas, H., *Il principio di responsabilità*, Einaudi, Torino, 2009.

altri, quando è in grado di favorire nella persona una consapevolezza necessaria ad orientarla all'interno del proprio atomo sociale e utile a generare un senso di autentica appartenenza ad esso. Qui si inserisce la figura dello psicologo e la sua responsabilità etica nei confronti sia della persona e sia del paziente. Le molte competenze apprese e richieste agli addetti della salute mentale trovano la loro applicazione nel rispetto e nella tutela della dignità e della vita "dell'altro da sé". Eludere l'uso inadeguato e altamente pericoloso dell'influenza manipolatoria in grado di creare una dipendenza nei pazienti, soggetti attivi dell'intervento psicologico, diventa non solo essenziale ma anche doveroso. Lo psicologo infatti non deve mai scordare o dare per implicito di avere tra le mani gli aspetti più fragili e vulnerabili dei ventricoli psichici della persona. L'intervento psicologico, nelle sue varie gradazioni di consulenza, sostegno e psicoterapia, è un'operazione chirurgica a cervello aperto effettuata su un paziente sveglio. Comprendere ciò significa per il terapeuta interrogarsi, anche dopo anni passati a studiare e a formarsi, se fare questo lavoro è una responsabilità che si vuole assumere. Ecco perché penso fortemente che prima di maturare una responsabilità etica dello psicologo verso terzi sia necessario e doveroso sviluppare una lealtà e un'etica nei confronti di se stessi, sia come persone e sia come professionisti. Come afferma Carl Gustave Jung, "non si può portare un paziente più lontano di dove siamo arrivati", non si può promuovere un agire consapevole nell'altro, fine ultimo degli interventi psicologici, se non abbiamo avuto il coraggio di metterci in gioco e di lavorare sulle tortuosità della propria psiche e le intemperie delle zone selvagge del nostro animo.

#### *Articolo 6*

*Lo psicologo salvaguarda la propria autonomia nella scelta dei metodi, delle tecniche e degli strumenti psicologici, nonché della loro utilizzazione; ed è perciò responsabile della loro ap-*

*plicazione ed uso, dei risultati, delle valutazioni ed interpretazione che ne ricava.*

Ancora una volta ci troviamo di fronte alla responsabilità etica che lo psicologo deve nutrire nei confronti di se stesso e della sua formazione, ancor prima di sentire tale vissuto di presa in carico nei confronti di un'altra persona. Per sviluppare "la propria autonomia nella scelta dei metodi, delle tecniche e degli strumenti psicologici, nonché della loro utilizzazione", abbiamo bisogno di intraprendere necessariamente un percorso personale psicologico. C'è bisogno di precisare che l'universo di "Psiche" è costellato da una miriade di indirizzi terapeutici che possono orientare come depistare. In questo vasto panorama ogni psicologo sceglie il proprio domicilio. Per far ciò è necessario approfondire e focalizzare le proprie naturali inclinazioni che si incarnano nello studio di un indirizzo psicoterapeutico che difficilmente risulterà fallimentare. Scegliere un approccio o una metodologia terapeutica è paragonabile alla creazione di un abito da sartoria. Deve essere perfetto, né troppo lungo né troppo corto, comodo, confortevole, elegante e esteticamente bello. Ciò garantisce un'opportunità di maturazione personale e lavorativa. Per stimolare una responsabilità delle nostre azioni terapeutiche è necessario credere e amare ciò che si fa. Ho contemplato l'amore per il metodo perché esso nasce e cresce all'insegna della cura della persona e non c'è cura senza amore. Una terapia funziona se le sue basi epistemologiche sono dettate dall'amore. Lo psicologo all'interno di un percorso psicologico conosce se stesso, impara ad amare se stesso e a scegliere una metodologia lavorativa che rispecchi questo bene verso sé. Il terapeuta è il metodo e il metodo è il terapeuta. A questo punto si assiste ad un'aurora boreale dell'intervento psicoterapeutico dove l'amore del metodo raggiunge il suo "Sé" all'interno di una trascendenza "divina" dell'atto curativo.

Questa idea romantica ci transita verso le conclusioni della nostra breve trattazione. La responsabilità etica verso la cura del paziente deve scaturire dopo una presa in carico di

noi stessi, sia come persone e sia come psicologi. Non basta conseguire una laurea, una specializzazione e diversi master. Abbiamo soltanto allenato il nostro cervello per scongiurare l'eventualità di un Alzheimer o qualche altra patologia neurodegenerativa. Non siamo ancora un "Virgilio dell'anima"<sup>2</sup> per l'altro perché non ci azzardiamo a esserlo per noi stessi. L'etica verso il paziente coincide con un'etica verso noi stessi. Coincide con il diventare una "madre sufficientemente buona", di winnicottiana memoria, capace di stimolare noi e l'altro nella promozione di esperienze emozionali autentiche che soddisfano un'intima ricerca di unicità. La fiducia e l'attendibilità incrementano la creatività, l'uso dei simboli e la sintesi di nuovi significati. Sperimentare e stimolare la responsabilità di una genitorialità verso se stessi è l'unica etica concepibile verso la cura dei pazienti.

<sup>2</sup> Carotenuto, A., *Questioni di psicoterapia*, in *Giornale storico di psicologia dinamica*, Di Renzo Editore, Roma, 2003.

## ERACLE AL BIVIO: OGNI SCELTA È UNA MEDITAZIONE FILOSOFICA, ANZI LUDOSOFICA

MIRIAM BONAMINI E ARCANGELA MICELI

*Ma cos'è ch'io disgiungo col mio aut-aut? Il bene e il male? No! Ti voglio solo condurre al punto in cui questa scelta acquisterà un vero significato per te. Intorno ad essa si muove ogni cosa. Quando si è riusciti a condurre una persona al bivio, in modo che per lui non vi sia altra via d'uscita che la scelta, allora egli sceglie il giusto. Dovesse perciò accadere che tu, prima di aver finito di leggere questa analisi un po' particolareggiata, che ti mando di nuovo in forma di lettera, dovessi sentire che è giunto il momento della scelta, getta via tutto il resto, non curartene più, non hai perduto nulla; ma scegli!*

Kierkegaard-Wilhelm invita il suo interlocutore epistolare a scegliere. Il momento della scelta è solenne, richiede il non curarsi di altro. Sollecita l'auto-ascolto. Reclama attenzione a ciò che è davvero importante. Eppure non sembra così facile scegliere. Perché nella quotidianità spesso fuggiamo davanti ai dilemmi, preferiamo rimanere nello stallo, e procrastiniamo all'infinito alcune scelte? Perché è così difficile scegliere tra questo e quello? Quando non scegliamo noi stessi, anche alcune scelte all'apparenza banali, si presentano a noi come insormontabili. Rimanere in attesa, sperando che la scelta avvenga senza la nostra partecipazione, non ci aiuta a uscire dall'impasse. Per Kierkegaard quando ci troviamo al bivio, di fronte alla possibilità di scegliere, lo facciamo

<sup>1</sup> Kierkegaard, S., *Aut-Aut. Estetica ed etica nella formazione della personalità*, Arnoldo Mondadori Editore, Milano, 1975, p. 44.