**Lo studio privato e il caso di L.**

**di Elettra Possidoni – Gruppo I**

 **09/04/2018**

Premessa: Espero Studio di Psicologia

Da alcuni mesi sto collaborando con due colleghe iscritte al quarto anno della scuola SPS, Sara Ceccacci ed Elena Russo, con l’obiettivo di progettare un servizio psicologico di supporto, consulenza e progettazione per la persona e la famiglia da realizzare nel contesto dello studio privato e a domicilio. Lo studio si trova nel territorio del terzo municipio di Roma, in una frazione del quartiere di Montesacro che prende il nome di Espero.
Il proposito di avviare un servizio privato nasce entro il rapporto di colleganza costruito e consolidato con le colleghe Sara ed Elena durante i miei tre anni di partecipazione alla formazione SPS. Le esperienze professionali condivise in contesti quali la scuola, le cooperative, le associazioni sportive e culturali, gli istituti penali; gli interventi realizzati in collaborazione con la UOC Sicurezza, Prevenzione e Risk Management della ASL Roma 1 durante il tirocinio presso il presidio Ospedaliero San Filippo Neri, ci hanno fatto incontrare attorno ad un desiderio comune: occuparsi di quei problemi che, se pur vi arrivano, difficilmente posso essere trattati in contesti la cui attività lavorativa è organizzata molto più sul fare che sul pensare.
A scuola, in ospedale o nelle associazioni sportive, ad esempio, sospendere l’attività lavorativa e istituire le condizioni per fermarsi a pensare è un’operazione complessa e delicata. Inoltre nel rapporto di affidabilità costruito con i clienti con cui lavoriamo a partire dai ruoli di assistente specialistica, allenatrice di basket e insegnante di arti circensi accade spesso che ci vengano poste domande che ci fanno pensare alla possibilità dello studio come contesto più adatto per occuparsene. Cosa farsene di questa affidabilità senza sentirsi sole a far fronte a queste domande e all’impossibilità di trattarle entro i ruoli professionali che ricopriamo?
E’ così che siamo arrivate a utilizzare il lavoro di gruppo per districarsi tra queste questioni e cominciare a ipotizzare una possibile offerta da proporre privatamente anche sfruttando la reciproca estraneità che l’una ha nei confronti dei clienti dell’altra. L’incontro con un consulente del lavoro finalizzato a capire che forma darsi ci fa scoprire inoltre nel desiderio ambizioso e imprenditivo di sviluppare la nostra professione attraverso il rapporto di colleganza, motivo per cui decidiamo di associarsi in uno studio professionale, che su un piano economico, ci viene proposto attraverso l’espressione di “matrimonio fiscale”.
Espero – Studio di Psicologia comincia a prendere forma come un contesto creato dal lavoro congiunto, continuo e condiviso tra noi tre, che, oscillanti tra lo spavento e l’entusiasmo, facciamo immediatamente esperienza dell’importanza di trattare queste stesse emozioni nel rapporto tra noi. Rinunciando a un’idea individualista del lavoro, ci stiamo organizzando entro un accordo che vede ognuna lavorare per lo stesso obiettivo, anche se con modi, forme e clienti diversi.
Attualmente siamo in fase di progettazione e promozione del servizio e stiamo condividendo riflessioni ed ipotesi sui lavori di consulenza psicologica che alcune di noi stanno portando avanti anche da prima della decisione di associarsi in uno studio professionale.

Il caso di L.

Lavoro con L. nello studio di Montesacro da quasi un anno. Quando abbiamo iniziato, ad aprile 2017, non esisteva ancora il progetto di Espero.
L. è una conoscente di mio fratello, ha 20 anni, studia recitazione in un’accademia di teatro e cinema ed è una ballerina di danza contemporanea.
Il rapporto con me si organizza attraverso l’intermediazione di mio fratello, che in un’occasione di gruppo insieme ad altri amici la sente chiedere se qualcuno conosca uno psicologo e le parla di me, dello studio in cui avevo appena iniziato a lavorare e della mia esperienza come insegnante ed artista circense.
Da quell’occasione L. mi contatta telefonicamente e prendiamo accordi per un primo appuntamento.
Quando si presenta a studio per la prima volta rimango colpita dal suo aspetto fisico attraente e dall’abbigliamento curato, eccentrico e seducente. E’ alta e magra, ha dei capelli rossi lunghi e una carnagione chiara costellata di lentiggini. Mi sembra più grande dell’età che ha e quindi più vicina a me di quanto mi aspettassi.
Non appena si siede mi sorride arrossendo per l’imbarazzo e inizia a parlare. “*Io sclero, scapoccio*”- esordisce. Dice di fare delle scenate assurde ed esagerate quando le capitano eventi indesiderati e menziona il rapporto con sua madre raccontando che in occasione del suo ultimo “*sclero*” è stata lei a proporle di rivolgersi nuovamente ad uno psicologo.
In passato L. ha lavorato per circa due anni con una psicoterapeuta. Il lavoro con lei è iniziato a partire da alcuni episodi di ansia acuta simili agli attacchi di panico che tuttora le capitano prima di addormentarsi.
Durante il percorso con questa psicologa L. dice di aver rielaborato diverse questioni che riguardano la sua infanzia e il rapporto con la famiglia, ma la fantasia che l’età adulta della psicologa non le permettesse di capire i contesti e le questioni di cui le parlava, l’ha portata a decidere di interrompere il lavoro con lei.
Nel timore di essere giudicata sentiva di non poter raccontare molte cose che le capitavano.
A seguito dell’interruzione, continua L., il rapporto di coppia con il fidanzato A. e quello con sua madre hanno ricoperto un’importante funzione contenitiva di presenza e ascolto in risposta al suo costante “bisogno di avere qualcuno con cui sfogarsi, parlare e sclerare”.
Da circa un mese però lei ed A., dopo un periodo di litigi e incomprensioni, hanno deciso di lasciarsi e ora l’assenza di A. la fa “*sentire in crisi, priva di un punto di riferimento che la sostenga ed aiuti nei momenti di difficoltà*”.
Quando le chiedo cosa si aspetta da me mi dice che desidera lavorare con una persona giovane che sia più vicina ai suoi contesti sociali e formativi e che da quello che ha sentito da mio fratello sembra che io faccia al caso suo. Ascoltandola non faccio a meno di pensare che effettivamente è così. Ma che significa questa fantasia e che implicazione ha poi nel lavoro che si realizza con un cliente? E’ questa una domanda che ci stiamo ponendo all’interno di Espero perché notiamo che sembra organizzare diverse richieste che stiamo iniziando ad accogliere.
Le propongo 4 incontri iniziali per esplorare insieme il suo problema, ipotizzare come procedere e che obiettivi darsi. Esplicito che il mio metodo di lavoro non prevede obiettivi predefiniti ma che lavoreremo insieme per definirli.
Partendo da come mi sento alla fine dell’incontro ipotizzo che L. mi stia chiedendo di essere per lei una psicologa/amica a cui poter raccontare tutto senza paura di essere giudicata. Qualcuno che sostituisca in qualche modo la figura del fidanzato A., così come sembra che accada con sua madre, con la quale dice di parlare proprio come con un’amica. La simpatia provata per i suoi modi di fare e parlare, così come la vicinanza con i contesti sociali in cui io stessa sono cresciuta e con il contesto lavorativo delle arti dello spettacolo mi portano a identificarmi con lei e a vederla come simile alla me di otto anni fa. Pensare questo vissuto mi aiuta a recuperare le differenze tra noi e a fare ipotesi su che rapporto si possa costruire con lei.
Durante gli altri tre incontri lavoriamo cercando di contestualizzare l’affermazione “*io sclero*” e esploriamo il motivo per cui questo sclerare viene vissuto come un problema. I rapporti e le situazioni in cui le capita di sclerare hanno a che fare con la famiglia e con la relazione di coppia appena conclusa. Quando vive emozioni di rabbia in risposta a eventi frustranti (anche il semplice guasto del motorino mentre si reca in accademia) L. diventa aggressiva con chi cerca di aiutarla (in genere sua madre) e arriva a vedere ogni aspetto della realtà attraverso quel filtro emotivo per cui, entro un’impotenza annichilente, svalorizza ogni cosa che fa e si rappresenta come profondamente inadeguata. Il vissuto di inadeguatezza tocca tanto le sue caratteristiche fisiche tanto le sue competenze di riuscita, dalle semplici azioni quotidiane alla sua formazione e professione da attrice e ballerina. A volte questo vissuto, misto al senso di colpa per la scenata agita durante lo sclero, sfociano in attacchi di ansia acuta che non le permettono di addormentarsi e la portano a cercare qualcuno con cui parlare anche nel cuore della notte.
Il bisogno di parlare sembra più finalizzato a vomitare parole a qualcuno che sia lì ad ascoltare passivamente piuttosto che interessato a uno scambio o un riscontro. Ne faccio io stessa esperienza nel rapporto con lei fin dai nostri primi incontri.
Durante la seconda seduta le dico però che può capitare di svegliarsi al mattino e vedere le cose in un altro modo da come le si vedevano il giorno prima in preda a emozioni di ansia e angoscia. Questa frase le è molto utile, credo che possa rappresentare la “nostra frase” per lavorare sulla distinzione tra fatti e vissuti. Ancora ora, a distanza di un anno, la recuperiamo e utilizziamo in molte occasioni.
Al termine dei 4 incontri iniziali decidiamo di lavorare insieme attraverso incontri della durata di un’ora con cadenza mono-settimanale per approfondire il rapporto tra lo sclerare e il suo senso di inadeguatezza e per ipotizzare modalità più funzionali di relazione con i suoi contesti: la famiglia, le relazioni sentimentali e amicali, la formazione da attrice.

Da aprile a luglio 2017, associando in merito al senso di inadeguatezza, lavoriamo su una crisi che L. vive in rapporto alla formazione da attrice e al suo futuro. Il padre, che viene descritto come un uomo freddo e distaccato, interessato alla sola carriera da capo della polizia, non condivide la scelta di studiare teatro perché non ne riconosce una possibilità concreta di sbocco professionale. Descrive i suoi contesti formativi e lavorativi come un mondo fatto di “*castelli in aria*”. Sembra che la scelta di L. assuma un carattere provocatorio e ribelle proprio in risposta al vissuto di avere un padre che non le dimostra l’affetto e le attenzioni che lei vorrebbe. Allo stesso tempo L. non è mai sodisfatta delle sue *performances* e svalorizza la qualità dell’accademia di teatro che ha scelto. Decide di cambiare percorso formativo interrompendo quello passato e cominciandone un altro in un’accademia diversa. La accompagno in questo passaggio lavorando sul vissuto di aver “*buttato un anno*” e sul bisogno smanioso di “*ottenere casting”* attraverso il percorso intrapreso con la nuova accademia, come unico modo per confermare l’utilità di quella scelta. Arriviamo a riformulare questi vissuti e li pensiamo connessi a quella che definiamo una continua oscillazione tra il desiderio provocatorio di contraddire le attese del padre e quello vittimista di confermarle.
Anche io nel lavoro con lei, che è la mia prima cliente a studio, mi sento inadeguata e insoddisfatta.
Ogni volta che si siede comincia a raccontare la sua settimana e sistematicamente accade che i vissuti e i rapporti su cui avevamo lavorato la settimana precedente sembrano essere svaniti nel nulla la settimana successiva. Le comunico il mio disorientamento e mi risponde che è lo stesso che vive lei. Mi assumo a pieno la funzione di filo rosso che sembra mancare nei suoi racconti, intervenendo spesso con rimandi a cose dette e accadute nelle sedute precedenti. Gradualmente anche lei inizia a farlo.
Ci lasciamo prima dell’estate con l’idea di re-incontrarci a settembre per decidere come e se procedere un lavoro insieme.

Nell’incontro di settembre L. mi parla dei prodotti del nostro percorso e dell’utilizzo che ne ha fatto nella sua vita quotidiana. Resto colpita dal cambiamento competente nel modo di raccontare eventi e problemi e faccio la fantasia che il nostro lavoro di consulenza possa anche concludersi. Le chiedo se desidera continuare e mi risponde che vorrebbe farlo, ma con una frequenza meno assidua, proponendomi una volta ogni due settimane. Accetto la sua proposta senza problematizzarla, presa dalla fantasia che incontrandola con minor frequenza avrei potuto prendere meno sul serio il nostro lavoro insieme e far meno i conti con i miei vissuti insicuri di giovane psicologa alle prime armi. Dopo tre mesi di lavoro una volta ogni due settimane mi rendo conto della cazzata che ho fatto. Il disorientamento rispetto alla discontinuità delle questioni su cui lavoriamo aumenta sempre di più, così come aumentano i ritardi agli appuntamenti, gli annullamenti delle sedute, fino ad arrivare al giorno in cui si dimentica del nostro appuntamento. Finché io non mi prendo sul serio come psicologa come può farlo lei? E’ il rapporto con le colleghe Sara ed Elena e il parallelo progetto dello studio associato che mi aiutano a desiderare di lavorare seriamente nello studio privato, anche tollerando la frustrazione che deriva dalla consapevolezza di aver fatto degli errori.
Propongo a L. di tornare a incontrarci una volta a settimana con l’obiettivo di cercare una continuità nell’altalena emotiva con cui sembra essersi organizzato il nostro rapporto. Lei accetta dandomi l’idea di sentirsi quasi sollevata dalla mia proposta.

Ad oggi L. vive ancora eventi in cui reagisce con rabbia aggressiva, ma il modo con cui da’ senso a questi eventi è diverso. In una seduta recente mi dice che sclera e cerca continue attenzioni dagli altri perché sente di essere sola nelle emozioni che vive e teme che nessuno possa comprenderla. Le chiedo se questo le accade anche con me e mi dice che nel rapporto con me si sente protetta e compresa anche se di alcune cose non ne parla. In questi scambi riconosco degli sviluppi perché sento che L. è passata dal rappresentarmi come contenitore da riempire con parole “vomitate”, al vedermi come qualcuno con cui ha un rapporto particolare, che è interessata a mantenere e utilizzare.
Io stessa finalmente riconosco nel lavoro che facciamo insieme una funzione psicoterapeutica. Il darsi del tu e il ridere e ironizzare sono azioni che in passato vivevo con la coda di paglia come qualcosa di poco professionale e che ora assumo come un modo possibile di lavorare insieme a una giovane ventenne. Il mio modo di lavorare con L.