

Limiti del Counseling Pastorale

ABSTRACT

The limits of Pastoral Counseling

In respect to its limits, Pastoral Counseling has the same necessity of all types of counseling. It must stop when it becomes evident that the person being counseled is in need of psychotherapy. In such a case, it is the work of the pastoral counselor to understand what problem the person has, to bring it to his attention and to convince him that he needs a serious cure.

However, the peculiar characteristic of pastoral counseling is the need for sense and significance in life, which is usually felt by a person who seeks help in the church or at least in a counselor who is himself a believer. The attitude of the faithful that we must "give room to God" helps a person to look at things in a new way and to see the work of God in them. This faithful contemplation often brings peace and healing.

Ho sempre condotto personalmente l'attività di counseling nella mia parrocchia. In altre parole, il counselor l'ho fatto io stesso, prete e parroco della parrocchia. Non ho ancora avuto la possibilità di un aiuto, di un supporto. Un mio amico, laico, si sta formando e, quando sarà pronto, mi darà una mano. Un'altra persona si sta per unire a questa attività. Preciso subito che la mia esperienza riguarda soltanto il counseling pastorale in una parrocchia, e a esso soltanto mi limiterò nella riflessione. Il Counseling Pastorale può essere svolto negli ospedali, nelle carceri, nei seminari, in vari istituti, ma io non ne ho, come detto, alcuna esperienza.

Definire il Counseling Pastorale non è semplice, perché, com'è facile immaginare, non c'è nulla di meno definito del setting in una parrocchia, tante sono le tipologie delle persone che vi gravitano attorno, e altrettanti i tipi di bisogni che, a torto o a ragione, vi fanno riferimento. Preferisco quindi partire dall'esperienza e dall'analisi delle richieste, e soltanto dopo provare a formulare una definizione.

È possibile, sinteticamente, distinguere tre tipologie di persone che fanno riferimento alla parrocchia per avere un colloquio.

A) Persone che vengono desiderose di affrontare con decisione un loro problema, un malessere, una stasi esistenziale e già in qualche modo predisposte ad affrontare una serie di colloqui. È la situazione classica del counseling, potrei dire. Con queste persone è possibile stipulare un contratto, fissare un numero di incontri e poi, se necessario, riformulare il contratto e ridiscutere il numero degli incontri. Con esse è possibile avviare un processo in cui il counselor e l'utente si incontrano in modo tale che l'utente chiarisce le proprie idee e mobilita le energie per trovare la propria strada. Per lo più queste persone arrivano in seguito a un invio, o da parte di un'altra parrocchia o tramite conoscenze e amici. Difficilmente sono parrocchiani. Quando questo avviene, sorge un problema di moltiplicazione dei ruoli se il counselor è anche il prete che celebra la messa in parrocchia nonché il parroco che riveste un'autorità e imposta la pastorale. In questo caso credo che un invio sia, appena possibile, la soluzione più opportuna. La relazione diventerebbe, altrimenti, troppo confusa, inquinata. Limiterebbe la libertà della persona che potrebbe essere condizionata dalla paura di perdere la stima del prete-parroco-counselor, o potrebbe entrare in un subdolo rapporto di dipendenza nei confronti di questa super-autorità paterna che gli veicola la Parola di Dio, condiziona molte scelte in parrocchia e dalla quale, adesso, potrebbe anche aspettarsi delle indicazioni cui affidarsi. In termini di AT sarebbe, a mio giudizio, una situazione che favorirebbe eccessivamente il rischio dello strutturarsi di un forte Bambino Adattato (BA) nell'utente e, in corrispondenza, di un Genitore Affettivo negativo (GA-) nel prete-counselor. In qualche caso potrebbe anche favorire atteggiamenti di sfida. In ogni caso il rischio, da parte dell'utente, di affidarsi alla protezione di un Genitore Affettivo negativo annulla, o almeno limita, le sue capacità di attivarsi con le proprie forze nella risoluzione del problema.

Una volta mi è capitato il caso di un ragazzo di 21 anni, Francesco. Veniva alla messa, frequentava un gruppo di teatro in parrocchia che io stesso seguivo. Aveva i suoi amici, i suoi interessi, i suoi studi. Tutto normale. Finché, a un certo momento, cominciò a chiedermi con un'insistenza sempre maggiore incontri su problematiche teologiche, di per sé interessanti, ma che rivelavano un forte contenuto d'ansia:

cosa significa veramente essere cristiani, la misericordia di Dio, il peccato, il giudizio... Cogliendo l'ansia, cercavo di tener conto e di valorizzare il contenuto teologico, l'interesse religioso che mi manifestava, ma cercavo anche di investigare la radice di quest'ansia. Parlando è venuto fuori che non era contento della facoltà che da un anno frequentava (filosofia) e che non riusciva a dare esami; per di più si buttava a corpo morto in numerosissime attività senza poi riuscire a portarne in fondo bene nessuna. Un'angoscia che lo tormentava in modo particolare, era quella di fare del male. Mi comunicò dei sogni caratterizzati da un forte contenuto d'ansia e una forte aggressività che cercava però di evitare o di sublimare. Significativo in tal senso fu un suo sogno: era militare in una caserma, all'aperto, e nel cortile passavano o erano schierati carri armati coi cannoni puntati, camion militari, soldati armati. Era in mezzo a questo esercito come militare, armato anche lui fino ai denti, ma era in missione di pace.

Nonostante i nostri colloqui le cose non migliorarono, anzi peggiorarono. Si arrivò al punto che cominciò ad avere sogni, fantasie e pensieri ossessivi su tematiche sataniche. Sognava che in una frase contenente la parola "Dio", proprio la parola "Dio" si trasformava improvvisamente in "Satana", e pensieri ossessivi di tal genere lo ossessionavano di notte e di giorno. Bastava uno spunto qualunque (per esempio un articolo di giornale che parlava di culti satanici) perché i pensieri si scatenassero. Ma soprattutto si scatenavano quando formulava un desiderio, o si trovava davanti a qualcosa che gli piaceva. C'era una ragazza che gli piaceva in modo particolare in quei mesi, e quando pensava a lei, o la sentiva, o quest'ultima lo invitava a uscire, nella sua testa si scatenava l'inferno. Era evidente che ritorceva contro di sé l'aggressività che sentiva dentro e che aveva paura di non controllare, ma era altrettanto evidente che con me, nonostante si parlasse della sua ansia e della sua aggressività, era nato un rapporto di fiducia, ma non un rapporto terapeutico. Teneva troppo a me e non si sentiva completamente libero. Ma al tempo stesso, sebbene io glielo avessi suggerito con delicatezza da tempo e continuassi a suggerirglielo, non se la sentiva di iniziare una terapia da

uno psicologo. Preferiva continuare con me, si sentiva evidentemente protetto e sicuro. Finchè una sera, in chiesa, venne e mi disse: "Ho deciso. Vado da uno psicologo!". Io gli detti un'indicazione. Bastarono poche sedute perché la sua situazione migliorasse, e dopo pochi mesi Francesco ha ripreso a star bene. Il mio compito è stato quello di capire cosa aveva e di portarlo alla consapevolezza del problema, fino a far sì che accettasse di aver bisogno di una cura.

In ogni caso non sono quasi mai i parrocchiani particolarmente assidui e vicini a chiedere un classico lavoro di counseling. Questa modalità, poi, non può essere l'unica in una parrocchia normale com'è la mia.

B) Molto più numerose sono le persone che, spinte da un bisogno immediato, da un dolore, da un'emozione, da una domanda impellente, chiedono un incontro senza pensare a qualcosa di continuativo. Tutto si gioca così in questo incontro che può essere anche l'ultimo, o magari replicato soltanto dopo del tempo. Le domande e i bisogni possono essere i più svariati: dall'accoglienza del dolore alla chiarificazione di problematiche relazionali, dalle domande sulla fede all'ansia per le scelte.

C) Frequentissimi sono i contatti brevi e casuali, le conversazioni nel cui contesto può accadere molto e molto poco a seconda della sensibilità del ministro.

Per tutte queste tipologie di incontri e di richieste sono particolarmente utili, tra gli elementi dell'AT, l'analisi delle transazioni, delle posizioni di vita, delle situazioni ripetitive e quindi del copione (quando è possibile), delle ingiunzioni e, in modo particolare, della svalutazione. Proprio l'analisi delle svalutazioni permette spesso di cogliere il punto da cui partire per portare alla luce eventuali atteggiamenti relazionali negativi strutturati e così avviarsi verso la risoluzione del problema. In modo particolare, l'analisi delle ingiunzioni che possono deviare, coartare o bloccare lo sviluppo della personalità porta spesso alla luce l'anelito alla vita e alla pienezza di senso che alberga nel cuore delle persone, al di là, spesso, della loro consapevolezza. E

credo che proprio a partire dalla valorizzazione di quest'ultimo aspetto si possa individuare l'identità del counseling pastorale.

Quello che, infatti, mi sembra essere il comune denominatore di tutte le tre tipologie di utenti, al di là delle innumerevoli differenze di problematica, è che, in tutte le loro richieste, spesso inconsapevole e al di là del detto, c'è quasi sempre presente *una profonda domanda di significato* che non può essere disattesa. Questa domanda di senso è già con ogni probabilità manifesta (ma non per questo cosciente) nel fatto stesso che una persona si rivolge a una parrocchia. Cosa chiede, infatti, una persona che si rivolge a un prete o a un operatore che, all'interno di una istituzione religiosa, si presume credente? Soltanto in qualche caso ho riscontrato che, per l'utente, è secondario che il counselor sia o no un prete o comunque un credente. Di solito questo a volte si verifica quando le persone vengono espressamente inviate da enti o da persone esterne, non conoscono né il prete né l'eventuale operatore, si fidano di chi li ha inviati, e se chi li ha inviati li avesse mandati da un laico o da una persona non credente, per loro sarebbe stato lo stesso. Ma in tutti gli altri casi non è così. Soprattutto quando l'indirizzarsi da un prete o da un operatore pastorale è frutto di una libera scelta, significa che al di là del problema, al di là della sofferenza o della particolare situazione esistenziale che la persona si trova ad affrontare, la domanda di fondo è un'altra e tocca il mistero e il significato dell'esistenza, là dove né medicina né psicologia possono arrivare. Naturalmente questa "domanda di fondo" può anche non essere pienamente consapevole, e quindi non espressa. Cionondimeno di solito c'è.

Beatrice è arrivata su invio di un parroco di una parrocchia fiorentina. Ha 32 anni, è medico, si è sposata da circa sette mesi, ma dopo soli due mesi di matrimonio se ne è andata di casa, dichiarando che non voleva più saperne della casa, del matrimonio e del marito. Sul posto di lavoro, in ospedale, ha conosciuto un medico suo collega di cui si è innamorata profondamente. Questo le ha dato la forza di uscire di casa. Quando viene per il primo incontro esprime tutti i suoi sensi di colpa: colpa di aver rotto il matrimonio, colpa per il tradimento del marito avendo iniziato una relazione con un'altra persona, colpa nei confronti della famiglia di origine ecc. La cosa che la sconvolge maggiormente è che dice di non sentirsi

affatto sposata. Come se a sposarsi, pochi mesi prima, fosse stata un'altra persona, non lei. Parlando viene ben presto fuori che già gli ultimi due anni prima del matrimonio era scontenta, aveva dubbi sulla relazione e sulla persona con cui era fidanzata, di cui aveva in parte perso stima e fiducia, solo che non era stata capace di ammetterlo a se stessa e di agire di conseguenza. Ricorda che una sua amica aveva mandato a monte il suo matrimonio all'ultimo momento e che lei l'aveva invidiata e ammirata, senza che questo sentimento l'interrogasse sulla sua relazione. Gli ultimi mesi poi si era completamente alienata nella preparazione pratica del matrimonio, curata in modo quasi ossessivo, fino ad arrivare al giorno del matrimonio senza quasi pensare. Poi, dopo il matrimonio, il vuoto, la voglia di andar via, il rifiuto di quella persona e della situazione. Nei colloqui successivi si risale all'ambiente familiare, un'ambiente tradizionale e profondamente cattolico in cui una relazione "deve" naturalmente sfociare nel matrimonio se prosegue nel tempo. E la relazione di Beatrice durava da più di dieci anni, con pochi alti e molti bassi, senza vedersi più di tanto, e in cui Beatrice dava sfoggio di tutta la sua capacità protettiva e materna. Cosa che la gratificava, naturalmente, e le dava sicurezza e controllo sull'altra persona, ma anche tarpava i suoi desideri di una relazione più adulta e arricchente di cui, sebbene inconsapevolmente, cominciava a sentire l'esigenza.

Perché mi è successo questo? Come muovermi? Erano queste le sue domande iniziali. E soprattutto: che senso ha quanto mi è accaduto, per la mia vita? Che senso ha davanti a Dio? Se attraverso l'approccio psicologico si può accompagnare Beatrice in questo suo cammino di riscoperta dei suoi desideri e del suo volere profondo perché possa scegliere liberamente la sua vita, la sua domanda sul senso ultimo di quanto accaduto necessita uno sguardo diverso, nuovo, uno sguardo che sappia andare oltre il concetto di colpa per riconciliarsi profondamente con l'accaduto, guardandolo con gli occhi di un Dio che, prima di tutto, è un Dio che libera e porta l'uomo a pienezza e verità.

Possiamo quindi a questo punto provare a formulare una definizione del Counseling Pastorale.

Il Counseling Pastorale ha dunque come sua specificità, e quindi come limite (inteso come ciò che lo definisce e gli permette di essere), la considerazione e la valorizzazione della presenza, nella richiesta dell'utente, di questa domanda sul significato ultimo dell'esistenza.

Se questo è vero, ne derivano almeno due conseguenze per il Counseling Pastorale:

A) In primo luogo il Counseling Pastorale non è soltanto una modalità di colloquio tesa ad attivare la persona verso la risoluzione del o dei problemi, né tantomeno è una psicoterapia, perché l'utente vuole altro. E quando l'operatore si rende conto che comunque la persona necessita di un complesso lavoro intrapsichico ed è opportuno suggerire e provvedere a un invio, va operata una distinzione, sempre che sia possibile, tra la domanda di fondo sul mistero dell'esistenza, sulla quale è possibile in qualche maniera continuare a lavorare, e la problematica psichica da affrontare in altra sede.

Questo vale anche, a volte, quando il problema appare espressamente "religioso". Sensi di colpa particolarmente accentuati, ansie religiose, forme ossessive dal contenuto religioso, idealismi esasperati, al di là del contenuto esteriore religioso sono sintomi di un malessere psichico e come tale vanno trattati, sempre operando la distinzione detta sopra.

B) In secondo luogo la presenza di questa particolare domanda di fondo da parte dell'utente chiama direttamente in causa l'operatore, prete o laico credente che sia, e gli chiede come si confronta lui stesso col mistero della sua esistenza, con la sua spiritualità. Più esattamente, gli chiede come si sente con la sua identità di operatore credente.

Chi è, infatti, il counselor pastorale? Non è soltanto un tecnico. Non è soltanto una persona che ha delle conoscenze psicologiche. Certo ha bisogno di acquisire una tecnica e una competenza psicologica, ancor più ha bisogno di conoscersi bene per evitare le proiezioni. Quindi l'analisi personale non è opzionale. Tutto questo è necessario, e tuttavia non basta. Qual è, infatti, la sua specialità? Qual è il suo specifico contributo? Questa è una domanda molto concreta in un mondo sempre

più tendente al professionismo, in cui nascono una specializzazione dopo l'altra, e in cui il prete e l'operatore pastorale spesso precipitano in crisi di identità, si sentono inutili, marginali, dilettanti in tutto ed esperti in nulla, scontenti di sé al punto da arrivare a imitare l'operatore sociale o a scimmiettare lo psicologo. Ed è una domanda tanto più concreta perché un altro aspetto specifico del Counseling pastorale, un suo "limite", è proprio il counselor stesso.

Prendendo spunto da Henri J. M. Nouwen (*Ministero creativo*, trad. it. Brescia 1993, 56-75) riporto alcuni aspetti che ritengo significativi dell'identità del counselor pastorale e dello specifico contributo che il Counseling Pastorale può, almeno a volte, dare:

1. SENTIRSI AL CENTRO

Il counselor pastorale deve sapere chi è e qual è il suo compito specifico. Deve sapere che, al di là delle competenze psicologiche e relazionali (necessarie), è portatore di una risposta per la vita, che può ridare speranza, può indirizzare verso un superamento dell'odio in amore, può trasformare la malattia e la morte nell'ultimo dono dell'uomo, può dare realmente la vita dando alle persone la capacità di affrontare la loro condizione vitale senza timore, riconciliandole con se stesse e con la loro storia decifrando la presenza di Dio nella loro esistenza. Quando un counselor pastorale, laico o prete che sia, scopre di poter dare realmente la vita, non si sente alla periferia della realtà. Si sente al centro.

2. L'ATTITUDINE DELLA FEDE:

“METTERSI DA PARTE” E “DARE SPAZIO”

Ma proprio quando questa percezione di sé potrebbe ingenerare, oltre alla sicurezza, anche un po' di orgoglio, il counselor pastorale deve sapere che tutto questo "tesoro" non viene da lui, ma che lui per primo lo ha ricevuto in dono. E soprattutto che lo porta "in vasi di creta" (cf. 2 Cor 4,7). È necessario che in un certo senso neghi se stesso e si consideri un "servo inutile", ultimo della fila. Proprio chi sa che è Dio la risposta ultima della sua vita, proprio chi sente di essere misteriosamente portato da misteriose forze che infinitamente lo

trascendono, entra nel silenzio e rigetta le definizioni facili, preconfezionate e la presunzione di avere risposte. Essere credenti significa mettere da parte il proprio Io razionale-eroico e dare spazio e lasciarsi portare dalle forze della vita, anche oscure. Essere credenti significa mettere da parte la facoltà del “decidere” a favore della capacità di “contemplare” ciò che avviene, dell’amare e del “dare spazio” all’opera di un Altro. Questo atteggiamento permette il silenzio e crea la possibilità della relazione profonda con l’altra persona.

L’attitudine alla fede come “dare spazio a Dio” crea l’attitudine di “dare spazio” all’altro. L’ascolto, l’autentico ascolto, consiste in fondo nel dare spazio alla vita dell’altro. Occorre mettere il più possibile da parte il proprio Io e soprattutto l’ansia di dare risposte. L’ansia di dare risposte è infatti più funzionale a tranquillizzare noi stessi circa il nostro valore, che al bene della persona che ci sta davanti. “Dare spazio” all’altro è l’attitudine e l’atteggiamento necessari perché chi cerca ascolto e comprensione si dia la possibilità di “dare spazio” alle altre forze della sua vita e della sua personalità, al di là delle immagini stereotipate e ideali del suo Io.

3. LA CONTEMPLAZIONE

Se la fede è contemplare e amare ciò che avviene in noi e nella nostra esistenza, se essa è contemplare e amare l’opera di un Altro, questa fede crea un atteggiamento di contemplazione e di amore per l’esistenza dell’altro che, nel suo intreccio di bene e di male, di luci e di ombre, è manifestazione di Dio. Scrive Nouwen: «In tal senso, ogni contatto pastorale è una sfida a capire in modo nuovo l’opera di Dio nell’uomo e a distinguere con una sensibilità sempre maggiore la luce e le tenebre nell’animo umano» (op. cit., 73). Accompagnare verso questo atteggiamento contemplativo e di amore per la propria esistenza, fino alla percezione della amorosa presenza in essa di Dio, è il compito specifico e ultimo del Counseling Pastorale. Questo può ridare pace, serenità, speranza, senso e significato all’esistenza, nonché energie nuove per la risoluzione dei problemi. Ancora Nouwen: «Il paradosso... consiste proprio nel fatto che troveremo il Dio che vogliamo porgere, nell’esistenza delle persone cui vogliamo offrirlo» (op. cit., 73).

Paolo Arzani