

# *Quali contenuti teorici per il primo colloquio?*

## ABSTRACT

### ***Which theoretical contents for initial interview?***

*When dealing with people the relationship between theory and practical application is not always smooth. The article develops this relationship in counselling. Seven basic elements are chosen for the initial interview and are then appraised in the relationship between counsellor and client.*

---

Queste riflessioni vogliono mettere in risalto alcuni punti di osservazione per sottostanti contenuti teorici. Attraverso gli stessi si vuole costituire una strategia organizzativa di osservazione e una base teorica di intervento nel primo colloquio.

Prima di iniziare può essere utile dare un'immagine: chi lavora il diamante ha la percezione che là dentro c'è una pietra che va liberata da tutte le scorie e che vanno date tutte le sfaccettature perché si possa al meglio far uscire la luce che l'attraverserà.

Come il diamante anche la persona si presenta con più 'scorie' attorno, ma nella realtà tutto quello che ha intorno non nega la possibilità di far emergere i contenuti che le sono propri.

Sette sono gli elementi di base che saranno presi in esame:

- 1. il contatto preliminare;*
- 2. la ricerca del problema, capire, conoscere, chiarire il problema;*
- 3. la dinamica del processo della situazione problematica, della situazione conflittuale, della realtà in cui la persona si muove;*
- 4. gli elementi di filtro, gli elementi di confusione, le difese che la persona mette in campo, in termini di A.T. le passività che usa, che*

vive, una realtà che mette già in evidenza la incongruenza tra la richiesta che la persona compie e tutta la difesa che mette in atto;

5. *la scelta esistenziale*, che cosa la persona fa emergere come scelta di vita dal contatto, dalla problematicità, dalla dinamica di processo, dagli elementi di difesa;

6. *l'elemento emozionale*, quali sono le emozioni prevalenti, su quali elementi si basano. Si stabilisce il contatto, si ascolta la richiesta, si guarda nel racconto del fatto la dinamica, nella dinamica si trovano delle barriere, si va al di là delle stesse e si vede quello che sta succedendo, poi, nel prendere quello che sta succedendo, nella scelta esistenziale, si ha il vissuto emozionale prevalente;

7. *lo smascheramento del reale*, quale significato assume la richiesta in rapporto a tutti gli elementi che sono stati investigati.

## IL CONTATTO PRELIMINARE

Il *contatto preliminare*, che serve per stabilire il primo contatto e conduce a quella più ampia necessità di costruire una relazione di fiducia e a quella ancor più ampia di evidenziare gli elementi di una alleanza terapeutica sana ed adeguata, è composto di più fattori che sono tendenzialmente percettivi e sensitivi.

Qui la sensibilità del counselor e una adeguata attenzione percettiva dei segnali che riceverà sono elementi indicatori di una possibilità di contatto o meno.

Quello che avviene può essere fatto in diversi modi: la telefonata, la persona che si presenta direttamente nella sede, il colloquio diretto con la persona, il passare attraverso una segreteria telefonica..., in questi elementi contingenti o costruiti, come una richiesta e poi un rimando, un bisogno espresso in modo enfatico e poi una resistenza a trovare il tempo adeguato per l'incontro, la necessità di un incontro immediato e poi la difficoltà a trovare spazi e tempi da parte del cliente, in tutti questi elementi, che si differenziano a seconda delle persone, il counselor ha da chiedersi semplicemente: 'cosa sto recependo da questi segnali? Che contatto è possibile con questa persona?'.  
Sono segnali a volte molto incerti.

*Sto prendendo un appuntamento con un marito che disdice il primo colloquio già fissato perché la moglie non è disponibile in quell'orario. Propongo un altro orario e il marito dice 'sì, potrebbe andare bene', poi si interrompe e dice 'ah no, aspetti, non so se va bene per mia moglie', rispondo 'senta sua moglie e poi me lo comunicherà' 'ah no, no, mia moglie è qui e mi sta dicendo che...' 'cosa sta dicendo sua moglie?' 'dice che va bene, che in un'ora dovremo farcela'. La mia percezione è che la moglie ha detto che non andava bene e poi non trovando un'alternativa ha detto che va bene. Lì dentro è nata una percezione precisa di cosa succederà all'interno di questo primo colloquio. Una certa diffidenza iniziale può nascondere un problema personale di sfiducia, oppure un non fidarsi.*

Dall'esempio precedente si può dedurre che sono miriadi le situazioni possibili, non catalogabili, per le quali si richiede un orecchio attento, un'antenna molto sensibile a cogliere qualsiasi segnale e annotarlo nella versione del contatto.

Qual è il segnale? E' un contatto facile? E' un contatto gracchiante? Titubante? Guardingo? Facilitante? Stimolante? C'è una comunicazione semplice? C'è una comunicazione ritrosa?

Si potrebbero aggiungere una infinità di aggettivi a questo elenco, per far percepire che si è già ricevuta una serie di segnali su quello che accadrà nel primo incontro.

Da un punto di vista teorico che cosa è utile mettere in evidenza? Il contatto va a toccare in radice due elementi fondanti la possibilità di una relazione con la persona: il *rapporto di fiducia*, che è l'elemento basilare su cui la persona cresce, e ancor prima l'*attaccamento*, che riporta all'origine primaria della persona e che si può stabilire solo nel contatto accogliente e nella accoglienza calorosa.

La persona, in questo primo percepire il counselor e nel suo modo di stabilire il contatto, rivela in modo del tutto personale e singolare la sua modalità di stare in attaccamento, o la sua difficoltà a stare in attaccamento, o il suo bisogno di essere in attaccamento o tutte le variabili da questo punto di vista, con gli elementi di fiducia/sfiducia sottostanti (per rifarci alla progressione evolutiva dei bisogni di Erickson).

Un esempio di quanto detto è molto evidente nel bambino piccolo: se arriva una persona nuova, il bambino si ritrae e tende a nascondersi, a proteggersi: è quello che accade nel primo colloquio.

C'è un contatto, un osservare e un ritrarsi, e tutto quanto accade deve essere preso in considerazione perché il contatto si potrà stabilire per quanto è possibile e per quello che l'altra persona manda come segnale. Sarà necessario prendere positivamente la sua richiesta e il suo bisogno di contatto, ma nel modo in cui la persona chiederà/ permetterà che sia fatto: è fondamentale dare valore a quella accoglienza e a quella distanza, necessarie in questo primo contatto.

Si esplicita così il rispetto dell'altro nella sua richiesta e nella sua modalità.

Utilizzando l'immagine più profonda ricevuta dagli esperimenti sugli animali: il calore è più importante del nutrimento, l'abbraccio è più importante della risposta, la disponibilità è più importante dell'informazione.

Ci sono tutta una serie di elementi che vanno a costruire l'involucro dove il contatto diventa possibile e dove successivamente si costruirà la relazione e si svilupperà l'intimità relazionale, ma tutto questo è determinato da subito nel primo contatto.

*Nel caso del nostro Centro di Counseling noi facciamo due colloqui iniziali: focalizziamo un primo contatto con tutta una serie di informazioni affinché la persona sappia come noi lavoreremo e possa decidere se le va bene. Si tratta ancora di un elemento per fornire sicurezza alla persona che poi avrà un altro primo colloquio con il counselor con cui lavorerà, in questo incontro, che è un secondo contatto, il counselor ha già delle informazioni che gli sono state trasferite dal colloquio precedente.*

Da un punto di vista più ampio, esistenziale, filosofico, di significato, si può dire che il primo colloquio, in quanto primo contatto, è il *venire incontro al mondo*.

Ogni primo contatto ha questa evidenza, l'incontro con ciò che non è conosciuto dispone la persona ad essere titubante e contemporaneamente fiduciosa, in un bisogno di essere accolta e di accogliere, e in questo tutta la fragilità dell'umano si manifesta.

Anche se si è in ambienti conosciuti, anche se non si è gettati totalmente in uno spazio ignoto, nella realtà il 'primum' ha sempre questa dimensione.

Tutto questo il counselor deve considerarlo, perché per lui (per lei) non è un 'primum' ma per l'altro sì, per lui (per lei) è uno dei tanti colloqui che fa, ma a ben vedere è un 'primum' anche per il counselor perché, comunque, è l'incontro con il nuovo e con l'ignoto.

## LA RICERCA DEL PROBLEMA

La persona viene per un problema e quindi, in ordine di importanza, questo è il secondo aspetto teorico da affrontare, con subito una variante: l'altro ha un problema e non lo sa risolvere ma dovrebbe conoscere il problema, per lo meno è il 'competente' sulla problematica, il counselor invece, rispetto al problema, si trova davanti all'elemento sconosciuto.

I problemi possono essere tanti, i più svariati. Di quale problema la persona parlerà? Che cosa porterà? Che cosa si dovrà conoscere o affrontare o cercare di risolvere insieme? Il counselor deve ricercare all'interno delle informazioni che gli vengono date qual è il problema di cui si parla.

Ci sono sfaccettature diverse del problema. Una sfaccettatura è sull'aspetto sociale, in quale area della persona va a situarsi il problema, è un problema familiare, professionale, amicale, esistenziale? Che cosa emergerà?

Una seconda sfaccettatura è in che forma si manifesta il problema e la terza è che cosa il problema va a toccare in questa persona, ovvero questo problema che cosa 'accentua' nella persona? La sua sicurezza, la sua fiducia, la sua stima, la sua capacità di affrontare la realtà della vita, una paura, un'ansia?

Che cosa va a toccare nella persona addirittura dal punto di vista fisico? Perché là dove tocca, probabilmente è l'aspetto preponderante, ed è oltre ciò che appare, va più nel profondo.

Il problema dunque va visto nella ricerca tra quello che è il 'racconto' e quello che è l'elemento più profondo che riguarda e coinvolge la personalità.

Dal punto di vista teorico: cosa ci richiama 'il problema'?

Dovrebbe essere sempre presente quale è l'elemento di disequilibrio omeostatico della persona che sta vivendo il problema, questa è la domanda sottostante che dovrebbe sempre essere posta.

E' questo l'aspetto che va ampliato, perché rispetto al 'problema' la tendenza è soffermarsi all'elemento concreto e questo è bene, perché va decodificato, va fatta una ipotesi del problema e poi una diagnosi precisa rispetto a quello, ma l'elemento diagnostico diventa più preciso se si va a cogliere al fondo il punto di disequilibrio.

Quindi se il 'primo', dal punto di vista teoretico, è l'*attaccamento*, il 'secondo' è la *dimensione omeostatica* che viene a costituirsi.

*La persona che all'inizio del contatto manifestava una certa diffidenza, ora nella presentazione del problema non è chiara, crea nelle chiarificazioni confusione e mantiene una resistenza e una ambiguità.*

## LA DINAMICA DEL PROCESSO

Prima di affrontare il terzo punto è utile aprire una parentesi: così come si stanno leggendo ora, gli elementi teorici del primo colloquio potrebbero essere ricondotti alla dinamica evolutiva del soggetto nel senso più ampio.

La persona che viene al mondo passa da un attaccamento a doverne costituire un altro, da una omeostasi a doverne ricercare un'altra e questo sarà un processo che continuerà per tutta la vita, da una omeostasi ad un'altra, dal primo attaccamento ad un attaccamento meno sicuro c'è un processo che avviene e che ha una sua precisa dinamica.

Non sempre la persona è disponibile a cogliere questo processo evolutivo, a viverlo, ad agirlo, perciò si mettono in atto tutte le resistenze possibili e nelle difficoltà ad agire il processo si è obbligati a fare delle scelte che vanno a modificarlo o a condizionarlo o a determinarlo. Nel momento in cui questo processo avviene, c'è un vissuto emozionale diverso, perché non si è nella propria omeostasi, non si è nella accoglienza più profonda di se stessi e per ritrovare la propria unità è necessario andare a riscoprire la più profonda realtà di sé per renderla evidente.

Perciò, nel primo colloquio, è come se ci fosse, in un breve tratto che viene concluso e agito nel tempo di un'ora, un arco di vita più volte ripetuto e più volte vissuto, che viene lì a presentarsi e a manifestarsi.

Per questo il primo colloquio ha una importanza specifica e può diventare fondamentale la decodifica di questi fattori, non solo per porsi in modo adeguato con l'altro, ma per meglio ritrovare una conoscenza complessiva della persona e aiutarla a cogliersi e poi a determinarsi.

La rilevanza del primo colloquio è determinata non solo dal fatto che in esso emergono gli elementi necessari per la diagnosi del problema, per la verifica della possibilità di una relazione di counseling, per la definizione del contratto, ma perché lì emerge l'elemento più profondo, l'incontro e il contatto tra la persona e il counselor che è chiamato a cogliere, come chi lavora il diamante, la sua totalità e unicità.

Affrontiamo dunque il terzo punto: la *dinamica del processo*.

Nel modo di 'raccontarsi' (qui c'è tutto il tema del 'raccontare' su cui oggi c'è molta attenzione), nel processo interno al contenuto del racconto, nel modo di stare nel racconto, nei ruoli, negli adattamenti manifestati, negli aspetti simbiotici che emergono, nei giochi e nelle ridefinizioni che si traducono, in tutte le altre informazioni, sulle malattie fisiche o altri tipi di disturbi, su episodi, come finiscono e come si determinano, noi abbiamo una serie di situazioni che sono come "linee rette concluse". C'è un inizio e una fine che si ripresentano ripetutamente nell'arco della storia, nell'arco della vita e che hanno connotazioni uguali, in questo si determina la dinamica di un processo proprio della persona.

*La stessa persona che era partita con la diffidenza ora inizia con "devo" e alla richiesta di precisare le sue scelte emerge il "vorrei".*

Il processo riporta all'elemento evolutivo, c'è una dinamica evolutiva della persona che è simile in tutti e diversa in tutti.

Occorre tener presente che la persona presenterà una sua evoluzione, un suo processo, rispetto allo stesso problema, rispetto alla sua vita e che questa persona la sta vivendo in un modo del tutto particolare.

Si è chiamati a porre attenzione a questa dinamica di processo non solo perché dice a che punto è del suo processo oggi, se in una fase conclusiva, e quindi più drammatica, o se è in una fase esplorativa o altro, ma soprattutto come lo stesso processo si intensifica.

Se la persona viene per una richiesta di aiuto vuol dire che questo processo non è più sopportabile o che le energie che aveva, le soluzioni che adottava, i tentativi che metteva in atto, non sono più sufficienti, per questo chiede aiuto.

Lì dentro nel processo c'è un passaggio particolare che è la sua richiesta che deve essere colta nel processo, la sua richiesta è mettere in risalto l'elemento di lettura di una energia in azione.

Nel processo evolutivo la persona è dentro un bisogno, è dentro la ricerca di una risposta ad un suo bisogno e fin tanto che non la trova continuerà a cercarla e se non è in grado di trovarla continuerà a sbattere qua e là per avere una risposta.

Identificarla e farla emergere dà all'altro, e a noi, la possibilità di una energia legata, questa è la dinamica che si mette in atto e non è da sottovalutare!

Nel processo evolutivo si mette in evidenza una non fiducia e una non definizione di sé con un legame – senso di colpa nei confronti della figura materna e una opposizione alla figura paterna in dipendenza dalle scelte e in rimando e non conclusione delle stesse.

## GLI ELEMENTI DI FILTRO

Nel primo colloquio, superato il momento preliminare del contatto e della individuazione del problema, iniziano ad emergere nell'esplicitazione del problema tutta una serie di elementi che rivelano dati di *incongruenza* ovvero il *proprium* dell'incapacità o difficoltà a risolvere il problema.

La persona comincia a 'raccontare' in che modo non riesce a risolvere il problema.

In questi racconti la persona non si rende conto che le difficoltà svelano (o coprono) una serie di fattori (le difese) o, in termini di AT, gli elementi di 'passività', con le incongruenze nascoste.

Per poterli decodificare, questi elementi devono essere sempre tenuti presente come background. Mentre la persona racconta, le incongruenze sono segnali da decodificare, poi nei colloqui successivi saranno affrontati.

Nel primo colloquio questi segnali servono a mettere in risalto la massima incongruenza che la persona mette in atto perchè il problema si riproponga. L'espressione della massima incongruenza di per sé non mette in risalto il problema, gli elementi di filtro sono quegli aspetti che nell'incongruenza vanno a costituire il problema.

Si parla di *elementi di filtro* perché la persona dentro il problema è come se non lo vedesse o lo percepisse attraverso un 'filtro', una 'copertura' della realtà.

In alcuni casi si coglie il problema come viene esplicitato o come viene vissuto, in altri casi la persona può presentare il disagio ma non sa definire il problema.

Mentre parla può manifestare vari tipi di incongruenze, oppure nel disagio che presenta è possibile vedere le incongruenze, o ancora appaiono le incongruenze dal suo racconto, nel modo con cui si presenta, descrive le relazioni e mette in luce le azioni.

Il *filtro* è quella membrana che la persona ha costruito ma di cui non ha consapevolezza. Il filtro non le permette di vedere il problema o di averne chiarezza, oppure pur avendo chiarezza del problema non sa decodificare che cosa è che fa sì che nella quotidianità della sua vita fa accadere il disagio.

*Io so che è opportuno che stia attento alla programmazione dei miei impegni giornalieri, ma può accadere che le contingenze mi spingano a fissare molti più incontri e appuntamenti di quelli che posso sopportare date le mie energie attuali e questo impegno superiore alle forze lo faccio coscientemente.*

*Quali sono in questo caso gli elementi di filtro? Innanzitutto la paura di dire di no, la paura di dover rinviare attività che comunque vanno fatte, la necessità di rispondere al dovere e agli impegni legati al proprio ruolo. Per questi filtri accade che io faccia tutto per poi arrivare stravolto e senza forze alla fine della giornata.*

*Il compito è stato eseguito, il 'Compiaci' è stato dato, la possibilità di valere è stata data, ma dove la mia 'ingiun-*

*zione' 'Non valere' ha avuto la vittoria: nella realtà non mi sono dato il tempo per me, nella realtà io non c'ero.*

Gli elementi di filtro sono dunque una serie di input che chiedono alla persona di compiere quella data azione e di compierla in quel modo, senza possibilità di modificarla. Impediscono di vedere la realtà per quello che è e quindi di agire diversamente.

La persona pensa 'non posso non agire se non in questo modo', che è quello che uno percepisce di sé: una manifestazione di azioni che sono di per sé ineluttabili e non possibili da vivere diversamente.

Nel primo colloquio è possibile cogliere gli elementi di filtro che impediscono alla persona di vedere il proprio problema, successivamente si passa ai contenuti del problema.

Tenere in evidenza questi elementi permette di fare la mappatura degli elementi di copione e consente di cominciare ad individuare la membrana della struttura della personalità e in una più ampia percezione cominciare ad identificare il *Sé Reale* e il *Sé Esecutivo*. Il problema dice che c'è un *Sé Esecutivo* che sta agendo, la richiesta della persona sta dicendo che c'è un *Sé Reale* che non corrisponde. Dunque ciò che è stato manifestato nella richiesta e nella problematicità della persona comincia ad enuclearsi negli elementi di *filtro*.

*La donna racconta che all'età di quattro anni, dopo la separazione dei genitori, vive con la madre mentre il padre ritorna nella famiglia di origine. La bimba ha paura quando va a trovare il padre perché nonna e zia criticano la madre. L'unico posto in cui si sente bene è dalla nonna materna. Oggi ha progettato e già prenotato e pagato un viaggio con il futuro marito che dopo tutti i preparativi le presenta il desiderio della propria madre di averli con lei in montagna proprio nel giorno prima della partenza per il viaggio desiderato. La donna prova una rabbia fortissima, che si legge nel processo come riproposizione della dinamica dell'infanzia. La persona non vede queste emozioni e queste difese, nel racconto giustifica la rabbia con motivazioni 'vere' (il costo del viaggio da rinviare ecc.) che non sono 'oggettive' se sono risultato della passività e della svalutazione. La sproporzione della reazione dà segnali di incongruenza rispetto alla situazione che si descrive.*

## LA SCELTA ESISTENZIALE

Quando nel primo colloquio si è in contatto con la persona si ha la percezione emozionale con l'altro sia nel 'processo parallelo', sia nella semplice percezione del suo stato emotivo in cui si possono sentire rigidità, ansia, timori, acredine, rancore, chiusura. In questo stato emotivo si percepisce che c'è qualcosa per cui la persona è come se si sentisse 'destinata'.

La decodifica della *scelta esistenziale* è una delle letture più difficili da compiersi perché non è solo vedere la 'Posizione Esistenziale' sociale e psicologica ma quale è la decisione sottostante della persona. Se si osserva il suo modo di stare di fronte alla percezione di sé, degli altri, di fronte alla percezione dei problemi, in termini di AT è possibile individuare la posizione di partenza e di riferimento, in qualche modo andiamo ad individuare la Posizione Esistenziale. Questo è fattibile, sia nei racconti che fa di sé, nei problemi che presenta, sia nello stesso 'processo parallelo' in cui si trova nel primo colloquio con l'interlocutore.

Con 'processo parallelo' si intende l'accadimento nel qui e ora di quello che è proprio della persona nella sua problematicità, è l'affermazione che la persona trasmette sempre totalmente se stessa nella relazione con l'altro e perciò nella relazione e nelle transazioni si può decodificare il processo che le è proprio.

La Posizione Esistenziale può essere individuata nella problematicità o nel processo parallelo relazionale del primo colloquio, ma non è sufficiente per definire quale è la *scelta esistenziale*.

La percezione della *scelta esistenziale* è invece possibile nel manifestarsi dello stato emotivo della persona.

Lo stato emotivo comunica qualcosa che va al di là dell'emozione stessa.

Lo stato emotivo dice che la persona sente che "non può non definirsi così", "non può non scegliere così", "non può non decidere così", "non può non essere così".

*Nell'esempio precedente il legame è tradotto nel raccontare tutto alla donna e l'opposizione è manifestata in critica e mascheramento del sé reale all'uomo. I sentimenti di bam-*

*bino accolto e di imbarazzo muto sono la manifestazione della sua 'scelta esistenziale'.*

Quando la persona sta male, nel suo stato emotivo va a definirsi e va a confermarsi nel suo stato di essere: lì c'è la manifestazione della sua *scelta*.

Non tralasciando l'importanza di leggere le 'Posizioni Esistenziali', c'è una affermazione di decisionalità che la persona attua e che si manifesta nel racconto che fa di sé e che può essere percepita nella 'ineluttabilità' di quel sentimento che presenta di se stessa. Si può cogliere il rapporto della persona con se stessa, con gli altri, con il mondo, si può dire quale è la sua Posizione Esistenziale, sia psicologica che sociale.

La Posizione Esistenziale indica uno status da cui la persona inizia il suo processo di copione ma non verbalizza *perché* si origina una scelta di questo tipo.

Gli elementi difensivi, le esperienze raccontate, indicano una percezione della realtà, il vissuto. E' necessario aiutare la persona a raccontarsi nella dimensione del *destino*, emergerà allora la sua visione del mondo come *male* o come *impossibilità* o come *manca*za.

Emergeranno esperienze raccontate come dimensioni di *ineluttabilità*, in cui la persona ha preso decisioni che l'hanno condotta a scegliere il proprio copione.

La *scelta esistenziale* è quello che la persona "pensa di poter essere" rispetto alla situazione in cui è vissuta: "*in questa situazione, in questa famiglia, quello che io posso essere è questo*".

*Nella sua famiglia Lei ha fatto la scelta esistenziale di essere quella che ha meno spazio, che si deve ritirare, che gli altri ne fanno di più, che gli altri hanno più autorità, più potere e anche chi viene dopo di lei ha trovato più spazio, per altri motivi. Quindi non è il problema di essere l'ultima o la prima nella famiglia, è che ad un certo punto per come lei è, per la sua sensibilità, ha fatto la scelta che 'lei è questa' e quindi 'si deve adattare', la prima posizione che lei ha scelto è quella dell'adattamento e la struttura dell'adattamento l'ha poi messa in tutte le altre situazioni, negli studi, nelle amicizie, nel lavoro. Quella è la sua 'scelta esistenziale'.*

*La sua Posizione Esistenziale è sì -+ o anche +-, la 'scelta esistenziale' rivela un elemento profondo che è quello dell'angoscia, della disperazione, quando si vede inglobata in una realtà che non ha gli spazi che lei vuole, e non si permette gli spazi che potrebbe prendere, che potrebbe avere.*

Quindi la Posizione Esistenziale nel rivelare lo stato sociale e lo stato psicologico comunica in che modo la persona si è posta in relazione, la P.E. è il modo con cui il Sé è in relazione con gli altri, con il mondo, con sé.

La *scelta esistenziale* è la 'visione del mondo', è il 'destino' che uno si dà, procede al di là di tutti gli avvenimenti, in sé non è negativa, può diventare negativa.

Si tratta di una scelta 'cosciente' ovvero c'è una percezione o una 'accettazione ineluttabile' di questo dato. Non si ha coscienza delle opportunità o di condizionamenti che determinano la scelta, che viene vista proprio come ineluttabile, quasi un 'marchio'.

*Il giovane è timido, piacevole fisicamente, se parla è gradevole, di buona educazione. Ha caratteristiche di persona con cui si sta bene insieme. Egli ha paura della sua timidezza, se si mette in moto la possibilità di una relazione con una donna, allora si ha il 'blocco' totale. Da ciò non si evince la 'scelta esistenziale', si vede solo il blocco. Facendolo raccontare offre una nuova situazione: da più di un mese nel suo quotidiano viaggio in treno incontra una ragazza bionda che lo attrae molto. Neppure una parola scambia con questa ragazza ma lui fa "sogni" su di lei.*

*La sua 'scelta esistenziale' è costruirsi elementi di sogno: all'interno del suo mondo di sogno ritiene di poter costruire la relazione, nella realtà non fa niente perché ciò accada, vive nel 'sogno' e conferma la sua incapacità.*

La *scelta esistenziale* è una decisione che non parte da un dato di realtà ma dalla trasposizione esperienziale del dato di realtà e in questo orizzonte la persona assume come sua l'esperienza vissuta e dalla stessa costruisce la propria vita.

## L'ELEMENTO EMOZIONALE

E' utile fare un passo indietro e soffermarci su alcune definizioni.

Questi elementi teorici possono essere sempre sintetizzati nei 'tre sistemi della mente': il sistema del pensiero, il sistema delle emozioni e il sistema comportamentale.

Perché aggiungiamo altri elementi o perché li leggiamo su altri elementi? Perché stare in relazione con la persona nel primo colloquio significa avere la persona nella sua *totalità*.

Abbiamo la persona che con i suoi sistemi della mente ha operato e sta operando, abbiamo la persona che 'si racconta', presenta la sua storia, abbiamo la persona nello spazio temporale del qui e ora, nello spazio temporale della sua vita, abbiamo la persona in cui i tre sistemi della mente hanno agito e quindi abbiamo il processo che diventa processo di copione o processo delle problematicità che ci sta presentando.

Abbiamo la persona nella sua fisicità: abbiamo gli elementi di contatto, gli elementi di percezione che la persona ha e dà, abbiamo tutti i processi cognitivi in atto, i processi sensitivi, decisionali e volitivi, di desiderio, di stimoli, di motivazione, di non motivazione che sono in atto.

La persona è sempre lì, nella sua totalità.

Su che cosa noi stiamo operando? Stiamo operando una 'evidenziazione' di quali sono gli elementi che nello stare in relazione con la persona nel primo colloquio affiorano e che possono essere utili per meglio stare in relazione con lei, per facilitarla e per poi andare ad individuare una possibilità di uscita dal copione.

Al di là del fatto che esista il 'sistema della mente emozionale', l'emozione è una parte preponderante della relazione con la persona.

L'emozione che traspare dall'ansia, dalla paura, dalla rabbia, l'emozione che traspare nella timidezza, nel rinchiudersi, nel non sapere cosa fare, l'emozione che traspare dalla confusione in cui si trova, l'emozione che traspare dalle paure di separazioni, dai bisogni di rifiuti, dalla percezione del suo non sapere più che cosa fare, fino al suicidio. Emozione che appare nelle ambiguità, nella non sincerità, nel nascondere ancora qualcosa di sé, nel non fidarsi ... e potremmo continuare all'infinito: sono tutte sfaccettature diverse di emozioni diverse.

La stessa persona porta in situazioni diverse una diversa emozione di sé. A partire da questo dato di realtà, a noi interessa quale è l'emozione che in questo momento, sulla problematicità che sta presentando, sul racconto che sta facendo di sé, sul disagio che vive, quale è l'emozione che in qualche modo annuncia la dimensione finale di copione.

Quando la persona si presenta è totalmente se stessa, è meno condizionata nel manifestare sé, c'è un 'processo parallelo' in atto, volente o nolente.

E' come quando uno fa un esame, in quel momento la persona fa partire le sue dinamiche peculiari, così, nel primo colloquio, la persona comincia ad agire i comportamenti che le sono propri e vive lo stato emozionale suo proprio. Occorre cogliere questa emozione che appartiene profondamente alla persona.

Per fare ciò è necessario che chi è nel colloquio sia meno dentro il problema e ponga più attenzione all'involucro che si sta manifestando, occorre essere meno dentro le tensioni, le incongruenze, le polarità, meno dentro gli intrecci, i grovigli, gli orpelli o gli insabbiamenti in cui la persona si situa, perché, altrimenti, si perderebbe l'obiettività della percezione emotiva o si sarebbe facilmente preda della stessa. E' necessario cogliere quasi in un unico movimento dove è che questa emozione di fondo va a definire lo status proprio del vissuto della persona.

Questa emozione si ripresenterà così in qualche altro momento, di tanto in tanto.

Probabilmente in futuro questo stato emozionale si ripresenterà più evidente e chiaro, perché si è liberato il campo e la persona andrà più vicino alla sua scelta di copione ed entrerà in contatto con gli elementi che lo costituiscono.

In ogni caso all'inizio è lì, presente, anche se, evidentemente non ci si lavorerà.

*All'inizio la persona, quando parlava, si toccava il torace, quasi sentisse un battito più duro sul cuore, si fermava, stava in silenzio, quasi che il respiro si fosse fermato. Era una angoscia profonda di morte. Solo molto più tardi, raccontando della sua infanzia, ricorda la stanza buia dove era rinchiuso. Ma quale era la decisione di copione? Certo lui*

*era indisciplinato e ribelle, ma perché finiva là, al buio? Solo alla fine del counseling si è scoperto che c'era un'attitudine a situarsi in situazioni di prigionia, di morte, di suicidio.*

Nel primo colloquio la persona ha la percezione emotiva profonda di sé e poiché è venuta a comunicare, a portare il suo problema, sta mettendola lì, la vive e la presenta, qualche volta lo dice, ma generalmente viene colta nel suo insieme.

Questa dimensione emozionale va colta, non va 'confrontata', se la persona fosse 'confrontata' su quello si sentirebbe minacciata, in qualche modo ci dice là dove non dovremo andare, e questo è importante.

Se teniamo presente il *contatto preliminare* e lo mettiamo in relazione alla *dimensione emozionale*, noi abbiamo un *tracciato*: nel primo contatto sentiamo *in che modo* la persona vuole essere presa, probabilmente non in modo adeguato, in ogni caso c'è una dimensione di richiesta.

Gli elementi successivi indicano i punti di questo processo: *la ricerca del problema*, *la dinamica del processo*, *gli elementi di filtro*, *la scelta esistenziale* mi dicono *che cosa* è accaduto.

L'*elemento emozionale* dice là dove la persona tende ad andare e che va distolta da lì, il suo primo contatto mi dice in che modo può essere aiutata ma è evidente che anche questo non è così 'pulito' da poter essere considerato come valido.

Per riorientare la persona nel futuro devo sapere dove la persona va, dove tende ad andare, in che modo 'vuole' essere presa.

*Se penso ad un ragazzo, la percezione iniziale che mi ha dato del contatto era come se mi dicesse 'aiutami!', 'sono povero e indifeso, aiutami!', 'sono un piccolo bambino di cui qualcuno deve prendersi cura!'. Questo non viene mai espresso a parole e non credo si tratti di una mia proiezione. La sua emozione di fondo è 'ma io questa emozione non la perderò mai, le cose accadono indipendentemente da me, mi sovrastano'. L'emozione comunicata va a confermare il suo bisogno di essere preso, ma da qui va tolto. Quando gli faccio vedere le cose che ha fatto e che ha prodotto percepisce che potrebbe uscire di lì, ma poi inserisce la dimen-*

*sione emozionale e cancella tutto, perché questa è molto più forte e più potente, parte da tutta una esistenza vissuta, da una dinamica familiare. La sua 'scelta esistenziale' fa sì che niente poi accada, possa accadere di diverso: vive così. La dimensione emozionale è 'io sono strutturalmente così'. E' come se vivesse la paura ma non la riconoscesse. La dimensione emozionale è quasi intrinseca, si è radicata, non è più solo corteccia, è entrata nella persona profondamente.*

La persona offre più stati emozionali, occorre conoscere tutti gli stati emozionali esteriori, legati al problema che presenta, legati alla storia che racconta di sé, questi serviranno in futuro a decodificare i vari elementi del processo, ma è fondamentale cogliere quale è lo *stato emozionale* in cui la persona è in 'questo momento', nel 'qui e ora' in cui vive e si racconta. Per poterlo cogliere non devo leggere né il contenuto di quale rabbia parla o di quale paura mi racconta, o quale confusione sta vivendo o altro, ma al di là degli elementi di contenuto quale è il 'vissuto emozionale' che sta manifestando. C'è un livello più di superficie, c'è un livello che appartiene a tutti gli elementi di cui parla, ma c'è un livello che è il substrato interno, quello deve essere colto.

## LO SMASCHERAMENTO DEL REALE

C'è un piano della realtà con cui la persona in quanto problematicità non è in contatto, ci sono dati oggettivi della realtà che la persona non vede, perché parte da un bisogno o da un desiderio, o da un 'non voler dispiacere' o da un 'non voler deludere' o altro.

Se una persona non vuole 'stare in contatto' con il dato della realtà, ma resta nel 'suo desiderio', nel suo 'non dispiacere', nel suo 'non deludere', allora *maschera la realtà*.

Questo processo di mascheramento della realtà può essere fatto sulle cose più semplici, fino a quelle più complesse.

*Possiamo negarci di comprare una camicia o altro perché interviene il senso dello spreco, oppure possiamo comprarcela dicendoci che sarebbe meravigliosa per noi, mentre in realtà non lo è. Nell'uno e nell'altro caso abbiamo mascherato la realtà.*

*La persona che diffida maschera la realtà di una identità fisica desiderata e mascherata, una femminilità amata e repressa, una mascolinità di copertura e rifiutata e ricercata come identità. In questa confusione non si fida e ogni intimità è negata.*

Il punto dello *smascheramento della realtà* è centrale in tutto il lavoro della psicologia, è il cuore del processo terapeutico, psicoterapeutico, di counseling, aziendale, educativo, sociale.

Si può dire che anche l'elemento sociologico è di andare a 'smascherare la realtà', ciò che noi diamo per buono non è detto che lo sia, questo è il dato centrale di tante esperienze, o ciò che diciamo che è cattivo non è detto che lo sia.

Il 'cuore' del problema sta qui.

Come si opera lo *smascheramento del reale*?

Siamo in un primo colloquio e in questo momento non si sta agendo sullo smascheramento, questo sarà il processo da compiere e successivamente verso questo obiettivo si interverrà.

Nel primo colloquio, avendo davanti tutti gli elementi che fin qui abbiamo evidenziato, si ha la possibilità di andare a cogliere, attraverso una lettura più approfondita, quale è la realtà che la persona sottende e nega.

Qualche volta sta negando le capacità che ha, qualche volta sta negando la possibilità di affrontare una paura, qualche volta sta negando che sta pensando ad una fobia, di camminare sui sentieri, per esempio, o di guidare in galleria. In questi casi c'è un mascheramento in atto che le impedisce di vedere ed affrontare la realtà per come è a causa di una percezione che risale al passato.

*Una donna racconta che dopo una giornata trascorsa piacevolmente e senza tensioni col marito, questi riceve una telefonata dal figlio e diventa subito nervoso. Per la prima volta lei capisce quante volte era diventato nervoso a causa del figlio e lei aveva cercato di dire o di fare o di intromettersi senza alcun risultato perché se il padre rispetto al figlio è in simbiosi lei non può fare niente di utile per risolvere la situazione. La donna dice 'quello che non volevo vedere è*

*che esiste una difficoltà da parte di mio marito nella relazione con il figlio, che è indipendente da me. Se io voglio che mio marito stia bene, indipendentemente dal dato di realtà che lui non può stare bene, allora io entrerei in conflitto, se non smaschero a me stessa che il mio problema è che voglio vedere sempre tutto bene, tutto tranquillo, che non esistono problemi irrisolvibili'.*

Nel primo colloquio possiamo cogliere che la persona, nel suo racconto, nella sua reazione, nel modo in cui compie la richiesta, negli elementi di filtro che inserisce, sta operando un mascheramento della realtà.

*Un uomo mi dice che passa da una situazione grave ad una tragica. Si è da poco separato, non si cura dei figli, né del suo lavoro, ma ricerca relazioni maschili e si è legato ad un ragazzino che si prostituisce. Di fronte alla richiesta 'che cosa vuole fare?', mi chiede di non chiedergli di interrompere questa sua relazione. In realtà è una probabile antica decisione di fallire e di costruire dei fallimenti. C'è una ripetitiva realtà di creare situazioni di fallimento e di alimentare il rischio. Ora lui vuole fare qualcosa per sé, ma non vuole interrompere né il fallimento né le costruzioni di rischio. La mia richiesta è di prendere una decisione ora di proteggersi e mettere degli stop alle azioni autodistruttive. Smascherare il reale non è parlare delle relazioni omosessuali, ma evidenziare e fermare le azioni distruttive.*

A questo punto abbiamo, come nel tracciato della prospettiva, il piano terra, che è il primo contatto che la persona ci offre, il piano dell'orizzonte, che è il piano delle realtà che si intravede, il focus, che è la dimensione emozionale.

Su questi piani si può orientare l'intervento: stare in contatto, vedere sul piano dell'orizzonte la realtà in cui la persona si muove, vedere il focus emozionale che può rispondere e meglio mettere in luce la possibilità di superamento di sé.

Gli altri elementi, prima presentati, sono gli aspetti che stanno tra i due piani, il piano di contatto, o piano base o piano terra, e il piano dell'orizzonte.

Ogni visione parte da questi principi.

Perché lo *smascheramento del reale* è posto come elemento conclusivo di questo elenco?

Il contatto preliminare è l'elemento iniziale, la ricerca del problema è la seconda tappa, la dinamica del processo, gli elementi di filtro e la scelta esistenziale sono tre elementi che si muovono dentro i due piani della prospettiva, l'elemento emozionale pervade tutto, è da percepire quello che sta in profondità, dal focus emozionale la realtà all'orizzonte, per fare questo c'è bisogno di tempo.

Lo *smascheramento del reale* si fa tirando le fila alla fine, non si può fare a metà del percorso, è andare alla base della richiesta e intravedere la fine, per questo lo chiamo il piano dell'orizzonte. Il piano dell'orizzonte contiene la realtà, se si osserva un quadro sul piano della prospettiva, lì c'è tutta la realtà, tutta la realtà è contenuta nel piano dell'orizzonte perché la delimita.

La persona arriva portando il suo problema, all'inizio ci sarà la ricerca del problema, alla fine la richiesta iniziale si riempie di significato, sicuramente diverso: c'è qualcosa in più del problema portato, qualcosa che viene alla luce dopo lo smascheramento.

Vittorio Soana