

Massimo Fontana

Ricerca Psicoanalitica, 2006, Anno XVII, n. 3, pp. 375-379.

Psicoterapia psicoanalitica

di Nancy McWilliams

2006, Raffaello Cortina Editore, Milano.

Nancy McWilliams è già nota al pubblico italiano per i precedenti testi *La diagnosi psicoanalitica. Struttura della personalità e processo clinico* (1994) e *Il caso clinico. Dal colloquio alla diagnosi* (1999). La sua presenza nel panorama della letteratura psicoanalitica appare come un fenomeno singolare, che merita una certa attenzione. La McWilliams non è un'autrice di punta di un particolare gruppo psicoanalitico e non vuole proporre un nuovo personale approccio ai problemi della diagnosi o dell'intervento clinico; nei suoi scritti non si trova niente di innovativo o di non già conosciuto per un "addetto ai lavori" di media cultura ed esperienza clinica. Eppure, i suoi lavori stanno riscuotendo un notevole successo, con traduzioni in varie lingue e riconoscimenti di stima da parte del pubblico qualificato di molti paesi. Questo "fenomeno" diventa facilmente comprensibile non appena ci si immerge nella lettura di uno dei suoi libri: scritti con l'intento principale di fornire strumenti di studio e di supporto agli analisti in formazione (la McWilliams insegna Teoria e terapia psicoanalitica alla Rutgers University del New Jersey), essi risultano subito qualcosa di diverso dagli altri manuali che trattano in forma sistematica e approfondita i vari approcci psicodinamici alla clinica psicoterapeutica; lungi dal voler offrire una panoramica sulle teorie e sulle tecniche di intervento che fanno capo ai vari autori di riferimento, rappresentano la sintesi del sapere psicoanalitico e del patrimonio comune di conoscenze sulla prassi clinica, indipendentemente dalle differenze che distinguono le varie correnti teoriche presenti nella nostra disciplina. Tendono a trasmettere quello che tutti gli analisti esperti pensano e ciò che li guida nel lavoro con i pazienti, a prescindere dalle loro preferenze teoriche o "di scuola".

Quanto di buono è stato detto per i suoi primi libri può essere moltiplicato per dieci a proposito di *Psicoterapia psicoanalitica*. Le ragioni stanno nell'argomento scelto questa volta dall'Autrice e nel modo con cui lo ha trattato.

A differenza dei precedenti, centrati sulla diagnosi e sulla formulazione del caso clinico, premesse alla terapia, esso ha l'obiettivo di entrare nel vivo della relazione clinica e di trattare in modo esplicito, diretto e fruibile gli elementi essenziali che costituiscono il lavoro dell'analista, indipendentemente dalla tecnica adottata e dal livello di gravità del paziente. In particolare, uno dei pregi del libro è di mettere in luce e discutere quegli aspetti che abitualmente non vengono affrontati nei vari manuali sulla psicoterapia. La McWilliams afferma che l'ha sempre appassionata "...cercare di tradurre in parole le idee che molti condividono ma che pochi hanno espresso" (p. 50) e ciò si realizza in una serie di considerazioni, e anche suggerimenti, concretamente utili per gli analisti in formazione e fonte di riflessione per tutti coloro che hanno una mentalità aperta riguardo al proprio lavoro.

Il testo non è strutturato come un classico manuale sulla psicoterapia, dove i diversi capitoli affrontano in sequenza le varie fasi del processo analitico. La scelta esplicita della McWilliams è stata quella di privilegiare gli aspetti che sono alla base di tutto il lavoro clinico, e che il giovane analista deve conoscere prima ancora di poter maneggiare i diversi elementi della tecnica di intervento.

A questo riguardo, i primi due capitoli sono emblematici di tale scelta e si configurano come programmatici di tutto il libro, perché danno subito l'idea di che cosa effettivamente significhi per l'Autrice

occuparsi degli aspetti essenziali dell'analisi e a quale livello di contenuto si pongano le sue argomentazioni. Essi infatti mirano ad evidenziare quello che, a suo avviso, rappresenta lo "spirito" della teoria e della pratica psicoanalitica: la particolare visione delle cose che accomuna i terapeuti psicoanaliticamente orientati, e che consiste nel complesso di valori, atteggiamenti e convinzioni da essi condivisi. Dopo aver precisato che ciò che definisce "analitico" un intervento non può essere l'uso della cosiddetta "tecnica analitica standard", ma l'obiettivo della presa di coscienza e dell'assunzione degli aspetti anche più inquietanti e inaccettabili di sé, l'Autrice ci ricorda che, in analisi, quello che più conta non è ciò che dice il terapeuta, ma quello dice il paziente. Costatazione che, nella sua ovvietà (è il mondo interiore del paziente che va ascoltato), resta una conquista difficile per uno psicoterapeuta durante il suo percorso di formazione, quando ha la legittima preoccupazione di apprendere che cosa sia giusto dire e fare in seduta.

La McWilliams sottolinea quanto sia sempre stato l'ascolto del mondo soggettivo e l'aspirazione al massimo grado possibile di onestà con se stessi ad accomunare i vari approcci psicodinamici alla clinica. L'enfasi che in alcuni periodi è stata data a uno specifico insieme di raccomandazioni tecniche (frequenza settimanale delle sedute, uso del lettino, dover interpretare piuttosto che rispondere alle domande dirette del paziente, e così via) come fattore legittimante l'intervento psicoanalitico, ha avuto delle ragioni più di tipo storico-sociale che non di sostanza. Ciò che conta è il processo di riconoscimento di sé e non la tecnica che può facilitarlo. Questa considerazione può essere preziosa soprattutto per gli specializzandi che, anche in Italia, si trovano spesso a fare le prime esperienze in condizioni ben lontane da quelle della situazione psicoanalitica classica.

Vi sono altri aspetti essenziali sui quali l'Autrice si sofferma nella prima parte del libro e che appartengono alla "sensibilità psicoanalitica" (termine da lei stessa scelto come titolo del secondo capitolo). Ad esempio, il tipo di atteggiamento nei confronti dell'inconscio: la curiosità verso la peculiare organizzazione dinamica con cui vengono inconsciamente registrate le esperienze di un singolo essere umano, che costituisce l'elemento trainante di tutto il lavoro analitico. I concetti di "attenzione liberamente fluttuante" e di "rêverie" non sono che alcuni dei modi con cui si è voluto indicare il tipo di ascolto che connota la relazione analitica, in quanto "l'assunto per cui, come terapeuti, non sappiamo che cosa impareremo da un paziente, è realistico e di per sé terapeutico" (pp. 35-36).

Oppure il senso di comunanza con i propri pazienti, che permette di considerarli come esseri umani anche quando vivono le forme più estreme di disadattamento e di alienazione, e che apre la strada alla comprensione delle loro esperienze sapendo che non sono di per sé estranee a quelle del terapeuta. O, ancora, il ruolo del legame affettivo nella relazione analitica e la fede nel valore terapeutico del progressivo riconoscimento di sé e della capacità di essere onesti riguardo alle proprie emozioni; elementi che, com'è ovvio, riguardano non solo il paziente ma anche l'analista.

Si può dire che il resto del libro consista nella specificazione e nell'applicazione clinica di questo insieme di principi. Nei capitoli successivi, infatti, tutto ciò viene articolato in ogni suo risvolto affrontando, di volta in volta, la formazione dell'analista, i modi con i quali il paziente può essere preparato ad un lavoro comune finalizzato alla conoscenza profonda di sé, il ruolo e l'uso che è opportuno fare del setting, che cosa concretamente significhi ascoltare per un analista e in che modo è appropriato che lui parli, e così via.

Un cenno ad alcuni dei temi approfonditi può dare un'idea più precisa dello stile adottato dalla McWilliams.

Nel capitolo dedicato alla formazione del terapeuta vi è un'attenzione particolare verso quegli aspetti che, inevitabilmente, affliggono gli analisti all'inizio della loro carriera: l'ansia nel relazionarsi con i primi pazienti e il senso di frodolenza legato al desiderio di lavorare mentre si è consapevoli della propria scarsa esperienza; il doversi confrontare con i propri errori; la difficoltà a perseguire quella "onestà verso se stessi", che rappresenta una questione delicata soprattutto per l'analista alle prime armi. Tutto ciò, naturalmente, riconduce all'importanza dell'analisi personale del terapeuta. Oltre a quanto è stato già

scritto sulla necessità di questa componente della formazione, la McWilliams aggiunge che, a suo avviso, l'analisi personale è indispensabile perché rappresenta l'unico modo con cui il futuro terapeuta può rendersi conto a livello profondo di che cosa si provi a trovarsi nel ruolo di paziente: "Nessun espediente intellettuale può preparare al senso di vulnerabilità e di esposizione associato al ruolo di chi chiede aiuto" (p. 74).

Vi è anche un capitolo sui dilemmi che impegnano l'analista e che l'Autrice idealmente sottotitola con "Cose che non mi hanno detto durante il mio training" (p. 183): in che modo gestire situazioni come gli incontri fortuiti con il paziente, o i suoi "innocenti" inviti ad avere interazioni al di fuori dell'ora di terapia; nonché i risvolti pratici dei fenomeni che la letteratura degli ultimi anni ha formalizzato come enactment e disclosure. Qui, come nel resto del libro, l'Autrice non si risparmia nel fornire esempi del suo modo personale di gestire questi momenti chiave della relazione terapeutica; non perché tali esempi debbano costituire un modello ideale di intervento, ma per la necessità di superare quel livello di astrazione nel quale si collocano le indicazioni cliniche troppo generali.

Due interi capitoli sono dedicati alla discussione di altrettante terapie condotte per intero. La particolarità di queste presentazioni sta nella differenza tra le due pazienti: la prima, per il suo elevato livello di funzionamento, può essere considerata la candidata ideale per un'analisi esplorativa profonda; la seconda è, al contrario, una paziente fortemente impulsiva, emotivamente disregolata e, quindi, apparentemente inadatta ad un intervento di questo tipo. La descrizione di questi casi è l'occasione per discutere quegli elementi essenziali della clinica psicoanalitica che prescindono dalla particolare tecnica adottata, necessariamente diversa nelle due situazioni.

La parte finale del libro è dedicata ad aspetti apparentemente secondari, ma che permeano l'esperienza delle persone (terapeuti e pazienti) quando nella loro vita hanno a che fare con l'analisi. Sul versante del terapeuta, sono preziose le riflessioni sui rischi professionali, ma anche sulle gratificazioni, a cui si va incontro in questo campo; come anche una serie di consigli sul prendersi cura di sé, che hanno lo scopo di ricordare l'importanza del proprio benessere generale, vista la nota tendenza a votarsi a questa professione con difensivi atteggiamenti di autosacrificio.

In questo lavoro, attraverso il filtro della propria esperienza, Nancy McWilliams ha saputo quindi integrare in modo puntuale, chiaro e coerente quella enorme quantità di spunti, metodologici e clinici, rintracciabili in oltre un secolo di letteratura e nella tradizione orale della comunità psicoanalitica.

C'è da chiedersi se la possibilità di leggere un trattato così aderente all'esperienza condivisa non sia anche dovuta al fatto che i tempi sono ormai maturi, dopo decenni in cui le varie correnti della psicoanalisi hanno dovuto affermarsi nella loro identità peculiare. Forse c'è ora lo spazio per poter parlare in modo non superficiale degli aspetti comuni della pratica psicoanalitica, aprendo inoltre la prospettiva di un dialogo ancora più aperto con i terapeuti di altri orientamenti.