



L'analisi del controtransfert come occasione di crescita.

Riflettere sui problemi che il terapeuta incontra in occasione della relazione di aiuto con il paziente consente di migliorare la propria capacità terapeutica, ed è allo stesso tempo una grande occasione per la propria crescita interiore. Nel prendersi cura rispettosamente del paziente il terapeuta si prende cura rispettosamente di sé. Non immaginate quale occasione di crescita sia fare il terapeuta. I nostri pazienti ci danno la più grande occasione di conoscerci, e se esploriamo il nostro controtransfert capiamo tante cose su nostro modo di essere. La scoperta del Sé avviene anche così, avendo occasione di riflettere con qualcuno di cui ci fidiamo di ciò che viviamo nella relazione e nella interazione terapeutica. Ben vengano quindi i momenti di supervisione e di discussione dei casi.

Le difficoltà nella relazione terapeutica riflettono sempre un aspetto di me stesso (terapeuta) che rimane ancora in ombra. Perché la crescita interiore va molto più in là della semplice cura del disagio psichico. E' la scoperta del senso profondo della mia vita.

Mettere a posto le cose in un sistema chiuso è relativamente semplice, ma poi quel sistema è costretto stare in un relativo isolamento per mantenere il suo equilibrio. Così è per il mio psiche: aprire le porte alla consapevolezza mi distacca da ciò a cui sono più attaccato, e dal quale non posso distaccarmi perché temo per la mia sopravvivenza.

Con la supervisione mi vedo riflesso e mi posso osservare nel mio modo di essere, posso vedere le distorsioni del mio modo di percepire, e posso ascoltare il mio bisogno profondo di trovare la via che mi unisce piuttosto che quella che mi divide. La via della divisione io non posso non prenderla, perché vivo nel mondo della separazione. Ma ciò che posso fare è capire che è una via di divisione che viaggia in un altro binario rispetto alla via della unione.

Essere consapevole. Ecco ciò che può darmi l'opportunità per la mia nuova vita. Ogni giorno è un giorno nuovo, ogni colloquio è un colloquio nuovo. Posso finalmente trovare me stesso mentre incontro l'altro immerso nel suo mondo, ed io ho bisogno di non agganciare le mie paure alle sue. Voglio uscire dalla danza macabra della divisione.