



Il Controtransfert come indicatore terapeutico.

Il terapeuta durante il colloquio con il paziente tiene conto sia degli elementi verbali che di quelli non verbali dell'interlocutore, *ma dovrebbe sempre tener conto anche del suo personale vissuto nella relazione con quella persona*. Tale attenzione dovrebbe scaturire fin dai primi momenti della interazione, per esempio durante la telefonata per la prima presa di contatto. La corretta interpretazione del proprio vissuto fornisce preziosi elementi sul comportamento del paziente, che a loro volta esprimono qualcosa di importante sui suoi introietti.

Compito del terapeuta è utilizzare i vissuti controtransferali per aiutare la persona nel suo lavoro di **ricerca del proprio Vero Sé**, piuttosto che reagire a tali vissuti in modo istintivo. La pur comprensibile intenzione di rimettere a posto uno squilibrio relazionale non ha efficacia terapeutica se non nel caso che questo sia la scelta strategica del terapeuta.

Per ottenere questa capacità il terapeuta deve utilizzare se stesso con grande capacità di valutazione, con un'ottima consapevolezza di ciò che è proprio da ciò che è stimolato dall'altro.

Pensare ad una analogia con il concetto del perdono, inteso come capacità di essere autonomo rispetto alle mancanze dell'altro, non è poi così strano se si pensa che **la guarigione psichica è sempre una forma di conversione**, e se si pensa che non esiste maturità spirituale senza maturità psicologica.

Di solito il terapeuta non si pone il problema del cammino spirituale, ma solo perché confonde spiritualità e religione. La religione è la forma terrena con la quale si desidera ottenere lo scopo di favorire la crescita spirituale. Posso ignorare la religione, ma non posso ignorare la mia parte spirituale.

Il vissuto del terapeuta condiziona così tanto la buona riuscita di una terapia, che il terapeuta dovrebbe mettere al primo posto la ricerca di una sintonia emotiva con il suo paziente. Investire su questo ancora prima di considerare avviata la relazione terapeutica è fondamentale per mettere le giuste premesse a tutto il lavoro successivo. Instaurare un setting prima di avere chiara la eventuale difficoltà nella sintonia relazionale è a mio avviso un errore strategico.