





STELIO STELLA
PAOLA CADONICI

**L'ACCOMPAGNAMENTO
COME PSICOTERAPIA,
LA PSICOTERAPIA COME
ACCOMPAGNAMENTO**





ISBN
979-12-5994-539-6

PRIMA EDIZIONE
ROMA GENNAIO 2022

INDICE

PARTE PRIMA

di Stelio Stella

- 7 L'accompagnamento come psicoterapia,
la psicoterapia come accompagnamento
- 23 Dove nasce il bisogno di accompagnare
e di essere accompagnati?
- 29 L'accompagnamento sulla via della paura
- 39 L'accompagnamento al tempo del Covid-19...
e oltre
- 47 Pensieri e frasi sull'accompagnamento
- 51 Qualche parola per concludere...

PARTE SECONDA

di Paola Cadonici

- 53 Letture consigliate
- 57 L'accompagnamento nella pedagogia;
nella fiaba; nel cinema...



L'ACCOMPAGNAMENTO COME PSICOTERAPIA, LA PSICOTERAPIA COME ACCOMPAGNAMENTO

“Cos’è più importante?” chiese il grande panda, “l’itinerario o la destinazione?”... “la compagnia”, disse il piccolo drago.

(Big Panda & Tiny Dragon. James Norbury)

Beh, credo che il piccolo drago avesse proprio ragione.

In molti anni di attività clinica, psichiatrica e psicoterapica, alla continua ricerca del senso del mio operare, ho posto un’attenzione particolare al un punto che, a mio avviso, è cruciale per le azioni cliniche più sopra ricordate: è il ruolo dell’accompagnamento. Tutti abbiamo chiaro il significato della parola *accompagnamento*, perché nel corso della nostra vita siamo stati accompagnati oppure abbiamo accompagnato qualcuno. In queste pagine si vuole osservare, con attenzione dedicata, questo comportamento tanto diffuso nel vivere sociale. Mi sarebbe parso immediato specificare nel contesto umano, poi ho riflettuto un momento e mi sono giunte immagini di accompagnamento anche nel

contesto non specificatamente umano; ma di questo non si parlerà. Se leggiamo il Dizionario Italiano Ragionato alla voce accompagnare leggiamo “prendere o avere un compagno lungo un tragitto, con la finalità di assistere, scortare l’altro per onore, amicizia o protezione. C’è tutto il senso che il piccolo drago pone nella sua risposta: il senso profondamente esistenziale di ciò che è la compagnia e il suo dinamismo relazionale, l’accompagnare. Nella lingua greca il verbo accompagnare è *synodeuo* che indica un cammino insieme (*synodia*). Le occasioni mondane per esercitare questi compiti sono molteplici e cominciano fin da quando siamo piccoli e in quel caso siamo noi ad essere accompagnati, all’asilo, a scuola, dal dottore oppure semplicemente per svago, a spasso; in seguito faremo la stessa cosa con i nostri figli, i nostri nipoti o altri nella condizione di essere accompagnati. Già, l’essere accompagnati; che cosa implica questa posizione? Uno stato di bisogno per una incapacità a fare o ad andare da soli. Prendere per mano, prendere sotto braccio sono atti che rappresentano il senso dell’accompagnamento. Andare insieme in una relazione in cui un soggetto è portatore di un bisogno e l’altro soggetto si dispone a corrispondere a questo bisogno. A volte si invoca l’Altissimo per questo compito: “che Dio ti accompagni” o “che ti assista”, che più o meno significa la stessa cosa. Marcello Marcenaro pone interessanti distinzioni. “Nella storia della Paideia greca e della Institutio Romana incontriamo tre figure che spesso sono intrecciate. C’è anzitutto quella dell’*iniziatore* che è, in termini essenziali, colui che permette l’accesso a qualcuno alla condizione di adultità; c’è poi la figura del seduttore, che guida e accompagna puntando sulla forza del desiderio. In senso positivo, egli è colui che affascina e in questa accezione ha una funzio-

ne buona; ugualmente se interpretato come colui *che porta con sé*, “*con-duce*” verso una terra nella quale egli introdurrà...”, per poi tenersene fuori... Questa seconda figura diventerebbe negativa se invece che *portare con sé*, *portasse a sé*; in tal caso il *sé-ducere* non lascerebbe liberi. Infine, c'è il rapitore che è colui che trae fuori qualcuno da una certa situazione. Anche questo è un aspetto importante nell'accompagnamento (e nell'educazione). Il rischio compare quando il rapitore è anche seduttore”. L'Autore utilizza poi il senso dell'accompagnamento non solo come atto rivolto alla singola persona, ma anche a gruppi o addirittura a comunità.

Può essere ricordato l'accompagnamento mistagónico, ove per mistagonia si intende il cammino di apprendimento e conoscenza nonché di testimonianza fatto dal cristiano, dopo che questi ha ricevuto i sacramenti iniziatici alla vita cristiana e ai misteri della dottrina, per poter declinare la propria fede nella vita reale di tutti i giorni. Il termine mistagónico deriva dal greco classico e dalla letteratura ellenica antica e significa portare, guidare e introdurre qualcuno nelle cose nascoste e quindi nel mistero. La mistagonia è dunque l'azione di qualcuno nel condurre qualcun altro verso ciò che non è conosciuto, cioè misterioso. Il divino, l'uomo, la natura, la vita sono misteriosi. Nella Bibbia, nei passi Tessalonicesi 3:4; Esodo 23:2 leggiamo: “Se ci accompagnamo a persone dalla mentalità mondana, edonistica, andiamo senz'altro incontro a sventure”. Come monito potrebbe rispondere ad un *memento/mementote* piuttosto perentorio.

In senso traslato ci sono altri ambiti in cui si fa l'accompagnamento: quello musicale, un suonatore di qualche strumento che accompagna un cantante, il quale evidente-

mente senza la musica di accompagnamento non potrebbe esprimere al meglio la propria vocalità. In altre situazioni può essere una lettera di accompagnamento, sostenere qualcuno in una presentazione a qualcun altro, per ottenere da questi un beneficio. Inoltre esiste un ambito specifico dell'assistenzialità che comporta per una persona particolarmente limitata nelle sue autonomie economiche e di salute psicofisica, un beneficio economico, l'assegno di accompagnamento. Un significato che si è modulato nel tempo riguarda il modo di formare una coppia: sono accompagnati; il che indicava un tempo, ma lo si dice anche a desso, che due persone non erano o non sono sposate. Sono accompagnati. Curioso che questa espressione, linguisticamente impropria perché manca del soggetto che accompagna i due, indichi che di fatto l'uno accompagni l'altra e viceversa... come se nel matrimonio, di fatto, non accadesse la stessa cosa. A proposito di matrimonio, nell'ambito della tradizione cattolica, ma non solo, non va dimenticato l'accompagnamento della sposa all'altare.

Ora, il matrimonio è simbolicamente il momento che sancisce il passaggio dalla famiglia d'origine al nuovo nucleo familiare e l'accompagnamento all'altare del padre della sposa è una vera e propria trasposizione del senso della crescita e della vita. Il padre che dona la figlia all'altro, alla vita, a sé stessa. È un rito iniziatico con l'accompagnamento da una vita ad un'altra vita; il ruolo dell'accompagnatore ha proprio questo senso: segnare di passaggio, dalla vita familiare genitoriale alla vita col coniuge, consorte, nuovo compagno di una nuova vita.

Un aspetto che qui si vuole solamente ricordare senza entrare nello specifico, è l'accompagnamento verso la morte. Atto sublime di vicinanza, sostegno e grande umanità.

Qui però non lo si vuole affrontare perché porterebbe fuori dal campo di riferimento che è stato posto all'inizio. Però sappiamo che è leggibile come accompagnamento (psicoterapeutico) anche quello dedicato a persone che si trovano avviate verso l'ultimo cammino. Ma, come già detto, in questa sede si vuole sottolineare prevalentemente l'aspetto vitalistico dell'immanenza nella relazione umana.

Si tralascia volutamente anche tutta la trattatistica per la formazione relativa al divenire sacerdotale, perché sposterebbe l'attenzione in un ambito di estrema complessità; infatti comporterebbe l'analisi della vocazione spirituale, dimensione estranea al campo delle presenti riflessioni. Così pure per quanto concerne l'accompagnamento fatto da animali, per lo più il cane, verso l'uomo o anche l'accompagnamento fra gli stessi animali, perché anche questa via porterebbe fuori dal campo proprio di queste riflessioni.

L'accompagnamento dunque appare come un fatto che coinvolge tutti. Appare come un elemento intrinseco al "mit da sein" della Fenomenologia, secondo la cui teoresi la significazione dell'uomo sta nello stare con qualcuno. Uno dei modi dello "stare con" è l'accompagnare o l'essere accompagnati. Va detto comunque che per dare dimensione a questo atto occorre che i soggetti esprimano una loro disponibilità a stare nella posizione di accompagnato o di accompagnatore; occorre cioè un patto, un accordo, un consenso. Là dove non vengono espresse queste condizioni, l'accompagnamento cambia senso, diventa un'altra cosa. Può diventare uno scortare, un costringere, un custodire, un controllare, un sospingere e così via. Tutte le condizioni riconosciute necessarie perché si possa parlare di accompagnamento debbono declinarsi in un forte, indispensabile contenitore: la relazione fra i due soggetti. Solo in una re-

lazione ben determinata, chiara, condivisa i diversi soggetti daranno significazione al vero accompagnamento.

Con una digressione un po' scontata, ma ineludibile, sorge immediata la memoria al più letterario e celebrato degli accompagnamenti: quello di Virgilio con Dante...

Nel mezzo del cammin di nostra vita
mi ritrovai per una selva oscura
ché la diritta via era smarrita
Ah quanto a dir qual era è cosa dura
esta selva selvaggia e aspra e forte
che nel pensier rinova la paura!
Tant'è amara che poco è più morte;
ma per trattar del ben ch'io vi trovai
dirò dell'altre cose ch'ì v'ho scorte.
(*Inferno*, Canto I, 1-9).

Quello dantesco è, forse, l'incipit letterario più conosciuto in assoluto. È anche la presentazione di un cammino che percorre la direzione di uno smarrimento, che è causata di paura di siffatta intensità da sfiorare la morte; ma in fondo c'è un traguardo fatto di cose buone e belle... e sembra dire: ne è valsa la pena. Per compiere questo periglioso cammino Dante elegge diversi accompagnatori; il primo di questi è Virgilio.

Mentre ch'ì rovinava in basso loco,
dinanzi agli occhi mi si fu offerto
chi per lungo silenzio parea fioco.
Quando vidi costui nel gran deserto,
«Miserere di me,» gridai a lui,
«qual che tu sii, od ombra od omo certo!»

Rispuosemi: «Non omo, omo già fui,
e li parenti miei furon lombardi,
mantoani per patria ambedui.
Nacqui sub Iulio, ancor che fosse tardi,
e vissi a Roma sotto 'l buono Augusto
al tempo de li dei falsi e bugiardi.
Poeta fui, e cantai di quel giusto
figliuol d'Anchise che venne di Troia
poi che il superbo Ilíon fu combusto

Il cammino dei due viandanti va verso la scoperta della giungla interiore, la “selva selvaggia” che è luogo di accadimenti e trasformazioni, un mondo oscuro e magico, analogo a quello delle fiabe, dei miti, delle fantasie, dei sogni. È la più grande metafora per esprimere la nostra realtà interiore. È il luogo dove s'incontrano le parti costitutive del mondo esterno con quelle del profondo, il mondo interno oscuro, popolato da ombre, sospiri, gemiti, paure; è il luogo ove s'incontrano il mondo corporeo e la natura profonda, l'anima, il sacro, l'ignoto, l'arcaico, il mito.

È il viaggio alla ricerca di ciò che è nelle profondità della nostra natura. Partire deliberatamente alla scoperta di sé stessi, o trovarsi imbrigliati nella ramaglia della propria natura interiore, vien spesso vissuto come un'odissea attraverso una foresta ostile, se non divoratrice, piena di tranelli e bestie feroci. Tuttavia l'accompagnamento con cui ci incamminiamo in questa foresta simbolica può diventare un cammino fondamentale per la nostra vita. Il motivo di fondo della Divina Commedia, nella sua espressione simbolica più elementare, è, proprio come già detto, il viaggio interiore verso la nostra natura più profonda, archetipica, che ci permette di progredire nella via della nostra crescita psi-

cologica. La metafora è poderosa: addomesticare la selva, interiore o esteriore? Questa nostra foresta interiore chiede di farsi esplorare, chiede cioè che le proprie risorse e creature vengano integrate nella coscienza, quantunque possa, talvolta, anche resistere a questo processo. Contrariamente alla foresta fisica, essa pare inesauribile e il suo centro si lascia raggiungere solo di rado, il cammino è incerto e a tratti scoraggiante e in taluni momenti ci fa sentire disorientati. Simbolicamente uscire dalla foresta può significare divenire coscienti, un processo che arricchisce e al contempo arreca sofferenza: ci rende consapevoli di essere vulnerabili, limitati, mortali e carichi addirittura di nostalgia della foresta-paradiso delle origini. Tutto questo si rende possibile attraverso l'accompagnamento! Come avrebbe potuto Dante, viaggiatore smarrito e impaurito, compiere siffatto viaggio se non fosse stato accompagnato? E chi sono gli accompagnatori di Dante in questo viaggio nella foresta simbolica dell'anima: Virgilio, Stazio e Beatrice e San Bernardo come accompagnatore del tratto finale del cammino, ormai di ascesa verso la meta finale. Accompagnatori diversi per diversi compiti. Virgilio come sostegno alla ragione umana che si accosta alla Teologia per comprenderne gli insegnamenti, il secondo, Stazio, come passaggio fra la cultura pagana di Virgilio e quella cristiana cui Dante appartiene; la "gentile" Beatrice come maestra di dottrina e faro per il dissolvimento dei dubbi di Dante; San Bernardo intercessore presso la Vergine per l'ultimo tratto: la salvezza della sua anima.

In questo meraviglioso bagno nelle acque della più grande allegoria dell'atto e del significato dell'accompagnamento, possiamo ri/trovare tutte le componenti del viaggio psicoterapeutico. Ogni passaggio, ogni figura, ogni senti-

mento descritto da Dante ha il suo corrispettivo in ogni viaggio nella interiorità di ogni uomo. Là dove la vita presenta ostacoli, misteri, incertezze, momenti di confusione ognuno di noi sente il pericolo di affrontare queste difficoltà da solo. Si ritrova bambino “gettato nel mondo” incapace di procedere da solo; sente il bisogno di qualcuno che lo possa accompagnare standogli vicino. Sono i bisogni della primigenia condizione umana: la nostra solitaria impotenza alla sopravvivenza.

Dopo il “divino accompagnamento” non può non essere ricordato “l’accompagnamento biblico” di Mosè del Popolo ebraico dall’Egitto alla Terra Promessa. Da un mondo di patimenti verso il luogo del sollievo, della pace, della tranquillità. È l’aspirazione legittima di ogni uomo ed è spesso il motore che avvia gli animi ad iniziare un cammino di speranza verso una condizione migliore rispetto al punto di partenza. Mosè è storia, ma è anche mito, archetipo, favola; “dura cervice” è un suo soprannome per la determinazione con cui conduce la sua missione: condurre il suo popolo verso la salvezza nella terra promessa dopo essere fuggiti dalla persecuzione del faraone. Cammino, tragitto, insegnamento, sostegno nel pericolo ed infine mandato testamentario con la sua morte prima di raggiungere la meta. Il Dio Padre ispira Mosé, fratello maggiore fra il popolo dei fratelli, depositari delle Leggi ricevute dal Padre, accompagnatore lungo le asperità del passaggio, l’esodo, da un territorio all’altro ed infine, morendo, diventa l’interprete e depositario di ciò che Sant’ Agostino dirà tanto tempo dopo: “La memoria è il presente del passato e la speranza è il presente del futuro”. E Mosè nella sua azione di accompagnatore è stato per i suoi fratelli sia l’una che l’altra.

Già un cammino; questo è infatti il campo perchè si costruisca quella cosa meravigliosa che è la relazione, vera sostanza dell'accompagnamento. Solo se c'è un cammino si può parlare di accompagnamento. Infatti, si può stare insieme, ma quello stare, come indica il significato proprio del verbo, è più vicino al significato di essere in luogo senza il movimento dell'andare, per cui si connota e al contempo si denota con altri significati.

Fare un cammino assieme, stabilire una relazione che dia significato a quel cammino, accompagnare ed essere accompagnati, non sono condizioni casuali o disordinate, richiedono condizioni che debbono essere considerate, valutate, analizzate e rese esplicite. Non tutti possono essere accompagnatori di chiunque, non tutti possono essere accompagnati da chiunque. Occorrono delle premesse, forse anche dei patti. Il tutto ha intanto un presupposto indispensabile: che il cammino ed il corrispondente accompagnamento, vogliano dirigersi verso un buon fine, una meta condivisa. Questo è l'incontro, con le dovute regole e presentazioni. Se si deve stare assieme per compiere un cammino, è cosa buona fare così. Si deve sapere con chi si starà per un certo tratto di strada, fidandosi e affidandosi. E qui il ruolo di terapeuta mi porta dire: ma è così che funzionano e debbono funzionare, le cose quando si avvia una psicoterapia... E ripenso a Dante. Il cammino è la condizione umana più concreta che si possa immaginare, ma al contempo è forse la più ricca di contenuti meta-significativi. Le espressioni che evocano il cammino sono innumerevoli; fra queste si pongono in particolare rilievo quelle che rimandano al dopo la vita terrena, l'al di là... al quale si può giungere solo con un cammino che possa aprire le porte di quell'al di là. Lo abbiamo accennato più so-

pra; é' il cammino mistico, religioso che dall'immanenza terrena porta alla trascendenza del "dopo". Il concetto e la rappresentazione del cammino trova infatti in ambito religioso molto spazio e molteplici sono i gli indirizzi di formazione per accompagnatori lungo i percorsi dell'ascesi, il percorso verso la morte, il percorso di sostegno alle persone malate, lo stesso percorso, (cammino) vocazionale sono accomunati da un andare che richiede regole nei ruoli e presupposti per il concretizzarsi di detti percorsi. Forse è necessario che sia usata proprio la parola cammino più che la parola percorso, perché essa è la migliore portatrice del senso dell'accompagnamento, ancor più della parola percorso. Si può dunque camminare assieme lungo una via verso una meta che richiede una condivisione di intenti, pur nella diversità di ruoli e di declinazioni in quei diversi ruoli. L'accompagnato deve sapere fidarsi e affidarsi al suo accompagnatore il quale sa, e deve sapere, che onere si assume in termini di responsabilità verso l'altro. È indubbio che entrambi abbiano chiaro che oltre allo spazio, debbono anche condividere il tempo di questo reciproco stare assieme; appare del tutto evidente che non può darsi che uno si trovi in posto in cui non c'è l'altro e per la stessa evidenza non può accadere che uno si ponga asincronicamente nei confronti dell'altro. Fra i due, accompagnatore e accompagnato, si stabilisce un patto in termini simmetrici per ciò che attiene le regole proprie del cammino. Il patto deve essere chiaro, nulla va lasciato in ombra, tranne il raggiungimento della meta, che può anche non essere raggiunta per impedimenti, ostacoli, accidenti o altro non prevenibili all'inizio del cammino. Al significato del patto aggiungiamo quello di alleanza. E che vuol dire fare alleanza? Dal latino alligare, legare assieme con finalità lecite e legali,

unirsi, accordarsi per agire insieme verso una meta comune. Il nuce del patto, dell'alleanza, è dunque la costituzione di un legame, presupposto basale del cammino assieme. Come dice Maria Luisa Pulito, "ogni cammino porta con sé e genera informazioni; nell'attraversamento e nell'incontro i contenuti dell'esperienza si legano al tempo e al luogo, trasformandosi fino a sedimentarsi come parti costitutive della propria identità e consapevolezza. Tale processo, espressione dell'unità ontologica tra movimento e pensiero, mette in gioco il corpo, il volere, la mente, gli affetti, i valori, l'agire e ristrutturata la propria identità e autoconsapevolezza". In questo brano viene fatto riferimento al senso specifico del cammino motorialmente inteso, ma anche il cammino più metaforicamente alluso, contiene le medesime componenti intrinseche e può raggiungere gli stessi risultati. In ogni caso, qualsivoglia cammino è teso alla ricerca di un luogo, di una condizione del corpo o dello spirito, di un livello di funzionamento, di integrazione e di tutto ciò che si ponga come meta. È indispensabile porsi sempre una meta, tenerla salda nella nostra mente perché come dice Anselm Gruen: "se la mente non ha una meta cui rivolgersi, essa è in balia di ciò che in essa si riversa da ciò che è esterno", mescolandosi in un caotico intrico con le parti dell'Endon... possiamo aggiungere. Spesso ci chiediamo quale sia il senso della vita; ognuno può darsi il proprio, ma per tutti c'è un moto originario che è l'andare, compiere un cammino, e per questo cammino abbiamo bisogno di accompagnatori.

Va detto che il cammino può essere compiuto anche in solitudine e ciò non vuol dire che sia meno edificante per la formazione e l'esperienza mondana di sé, ma di certo l'essere con qualcuno che ci accompagna, che è con noi, è in-

dubbiamente più coerente con quel “mit da sein” (più sopra ricordato) che rappresenta il principio costitutivo della esistenza sociale.

La vita è spesso rappresentata come un viaggio, quindi come cammino. Spesso, non a caso, per indicare momenti particolari della nostra vita usiamo metafore del cammino, quali “tirar dritto, ho perso la via, non trovo più l’orientamento, quale direzione prendere, oppure seguire le orme di qualcuno, ritrovato la strada, riprendere il cammino”. Il riferimento immaginario è indubbiamente spaziale e anche temporale, ma il vissuto è del tutto interiore. Herman Hesse, nel suo “Pellegrinaggio d’autunno...” dice: “Mi ero perso in un intrico di pensieri scuri e stretti e cercavo una via d’uscita con un’inquietudine che aumentava a mano a mano che si faceva più buio e freddo”. È il Dante contemporaneo... e la metafora si allunga: le difficoltà emergono aspre ed irte come una montagna, risalire è molto dura, tutto è in salita, il mattino è come scalare un monte; per converso, la stessa montagna può metaforicamente prestarsi per situazioni appaganti, quali: essere all’apice della carriera, la scalata sociale o economica. E tante altre.

Maria Matilde Nera ci dice: “in un mondo spaesato, fiacco di valori, in un’epoca definita delle “passioni tristi” urge una “*trans-umananza*”, un cammino intessuto di domande, di interrogativi, di dubbi, che provochi la mente e il cuore a ricercare orizzonti di senso, a prendersi cura della vita interiore, a risvegliare la dimensione spirituale per riaccendere fiducia e speranza”. Il cammino è un percorso che si può compiere in silenzio, ma può anche e, forse soprattutto, essere un tempo pieno di parole, dette a sé stessi o scambiate, meglio se con un accompagnatore. Con questi la parola allarga l’orizzonte, con la parola dell’altro scopria-

mo il suo spazio e con le parole scambiate riusciamo a delineare meglio i confini del nostro stesso orizzonte.

L'accompagnatore non deve essere autoritario, ma autorevole e questo credito si deve fondare su capacità empatiche, dedizione ferma e paziente, competenza, rassicurazione sulla propria presenza. Deve altresì essere garante di avere esperienza, in sostanza essere uno che conosce la strada. Amicalità, ma non amicizia confusivamente simmetrica, niente cameratismo. L'accompagnatore deve essere molto moderato sul piano didattico, sfumato nel modello maestro-discepolo, non deve usare stili comunicativi esortativi o marcatamente pedagogici; deve saper usare la forma della condivisione, pur asimmetrica che sia, ovvero la modalità dello scambiare il "pane del cammino", come la derivazione latina, "cum pane", ci ricorda col termine accompagnamento.

Inoltre, l'accompagnamento ha un senso se si realizza non per tutta la vita, ma solo per una parte di essa. Non è un legame perenne, per sempre, che sancisce una condizione definitiva, ma è qualcosa di parziale, di limitato nel tempo, legato ad un certo periodo della vita.

L'accompagnamento allude sempre a qualcosa che ci sarà in seguito, in un dopo. Ogni accompagnamento è un'apertura per un cammino successivo, ma l'esperienza vissuta in quell'accompagnamento rimarrà come forza fondativa e costitutiva di una più solida realtà interiore.

In questo senso si pone la prospettiva che il soggetto accompagnato possa, debba, crescere fortificato dall'esperienza di essere stato accompagnato. Però, così come non tutti sono idonei a svolgere una funzione di accompagnamento, non tutti sono disponibili ad essere accompagnati. In sostanza è necessario, come presupposto che, ci sia una