

# Le vie del cambiamento

Sergio Pasquinelli  
Irs, Milano

*Quando e perché si cambia quando si viene aiutati?*

Questo fascicolo di PSS mette al centro il cambiamento nelle relazioni d'aiuto: i termini con cui viene definito, i modi in cui avviene, le condizioni che lo favoriscono. Non è certo un tema facile. Lo stesso termine "cambiamento" racchiude accezioni molto diverse, che possiamo genericamente ricondurre a un processo di superamento delle condizioni di bisogno che hanno dato origine all'aiuto. Un tema poco frequentato. Sappiamo molto sui metodi di lavoro, gli strumenti; i manuali traboccano di indicazioni su come fare buoni progetti sui casi. Ma sappiamo ancora ben poco su cosa davvero innesca il cambiamento atteso. Questo numero speciale intende fare qualche passo in avanti.

## Voci a confronto

L'idea è stata quella di un confronto tra chi lavora in aree diverse di disagio e tra professionalità differenti. Da qui siamo partiti: far dialogare punti di vista diversi, nell'ipotesi secondo cui questo dialogo avrebbe creato valore aggiunto.

Il fascicolo presenta interventi sulla psicoterapia (Fabbrini), la malattia mentale (Savuto), i servizi sociali di base (Casartelli), i gruppi di auto-aiuto (Taccani), i servizi territoriali che si occupano di disagio giovanile e adulto (Motta e Guida-Polli), i migranti (Rotondo e Ranci), la non autosufficienza (Cicoletti). Tenendo conto delle differenze dei rispettivi contesti, con diversi di loro abbiamo ragionato su alcune questioni: come viene definito il cambiamento, le sue dinamiche, le condizioni che lo favoriscono. Sui tempi, le modalità, sugli ostacoli che lo impediscono, lo soffocano.

Il confronto ha fatto emergere qualche consapevolezza iniziale. Anzitutto che il cambiamento in senso "alto" non è necessariamente l'obiettivo: si pensi ai servizi a bassa soglia, o agli interventi di riduzione del danno. Ci sono gradi diversi di evoluzione possibile. In alcuni casi, e in interi ambiti di intervento come la psichiatria, l'obiettivo è quello di imparare a convivere con le proprie difficoltà.

Utenti, pazienti, ospiti: lo stesso modo di chiamare le persone, usato dagli autori di

questo numero, parla di modalità di relazione e di possibilità evolutive differenti.

Sappiamo anche che noi non modifichiamo le persone, ma possiamo lavorare sulle relazioni, e su ciò che i servizi sono in grado (nei contesti in cui operano) di proporre.

Abbiamo condiviso un medesimo approccio: dal basso. Non ci interessava un confronto sulle teorie, le chiavi interpretative, ma un confronto a partire dall'esperienza diretta. In molti casi come operatori implicati nelle relazioni, in altri come consulenti e formatori.

## Quando si cambia?

Il dato più diffusamente registrato riguarda la discontinuità dei percorsi. Non si passa dal bianco al nero tutto d'un colpo, i processi sono segnati da avanzamenti e regressioni. Per inciso: un andamento che si scontra con progetti d'aiuto costruiti dai servizi in modo talvolta omologante, tesi all'inclusione sociale, lavorativa, familiare. Progetti personalizzati ma standardizzati, direbbe Ariela Casartelli. Quando si cambia? Non esistono formule e ci vuole tempo, ognuno ha il suo. Ci sono però delle condizioni che predispongono al cambiamento, su cui le opinioni in questo fascicolo convergono.

Una di queste è il riconoscere di non bastare a se stessi, esprimere una domanda d'aiuto, l'affidarsi di cui parla Oliviero Motta. Quando il sostegno è cercato e non subito, o semplicemente accettato. Allora il terreno si predisponde al nuovo, può nascere quel momento ottimale (Anna Fabbrini) in cui la sofferenza inizia a svanire, in cui le persone iniziano a riprendersi la vita.

Questa apertura, questo considerare che altro è possibile non è per nulla scontato, più connaturato alla psicoterapia, molto meno al campo dei servizi sociali. A questa predisposizione le persone possono arrivare anche senza accorgersene, ma richiede consapevolezza dei passaggi nei servizi e negli operatori che vi lavorano.

Il lavoro dei servizi diventa quello di accompagnare le persone su questa strada, costruire direzioni in cui esse inizino a considerare il cambiamento, con le sue difficoltà e con i suoi vantaggi (Casartelli). Si tratta di costruire possibilità nuove, in cui ci si possa rea-

listicamente vedere. In cui riconoscere che cambiare si può (Taccani), con uno sguardo diverso su di sé, uno sguardo al futuro.

L'accompagnamento dei servizi può essere più orientato ad accogliere, a proteggere il bisogno, dare fiducia, offrire un ascolto emotivo. La fiducia implica assenza di giudizio, presenza fisica, esserci: "io ci sono, mi fido di te". Allora la fiducia può diventare generativa di uno sguardo diverso su di sé. Maria Grazia Guida ci racconta, con il caso esemplare di Sara, di un aiuto di questo tipo, centrato sull'essere più che sul fare.

Oppure, l'accompagnamento dei servizi può seguire un codice paterno, orientato all'autonomia e all'attivazione delle risorse personali. In questo caso la relazione può strutturarsi in senso contrattuale. Con obiettivi, impegni, scadenze che devono essere concordate tra le parti, e che hanno bisogno di personale, professionalità, un'adeguata organizzazione dei servizi, non sempre presenti.

La dimensione collettiva, di gruppo, in cui il cambiamento può prendere forma e direzione, viene messa in evidenza in diversi interventi: da Patrizia Taccani sul mutuo aiuto, da Giampietro Savuto, da Oliviero Motta, da Guida e Polli nei servizi residenziali, e poi da Ranci e Rotondo per quanto riguarda i migranti.

Nei gruppi che condividono la stessa esperienza, nelle comunità residenziali, nell'interazione di gruppo, una dimensione particolarmente importante riguarda proprio l'aiuto tra pari. In cui le persone vengono accettate con le proprie debolezze, i propri sbagli, e su questo si sviluppano legami, apprendimenti, solidarietà. E dove si aprono delle possibilità nuove per chi vi partecipa. Anche questa dimensione pone ulteriori questioni sul piano dell'organizzazione e delle professionalità richieste al sistema dei servizi, e non è un caso che le esperienze riportate ricadano tutte nell'ambito del privato sociale.

## Work in progress

Questo fascicolo è stato reso possibile grazie alla disponibilità preziosa dei diversi autori. A tutti rivolgo un ringraziamento sincero, in particolare ad Ariela Casartelli: la sua fiducia in questo progetto è stata di grande aiuto. Considero questo numero speciale come l'inizio di un percorso. La ricchezza degli stessi materiali qui raccolti merita un'elaborazione ben diversa dai veloci richiami che ho appena fatto. Molti temi richiedono un approfondimento. Un compito che affido a una prossima pubblicazione, in preparazione. Vanno compiuti passi ulteriori, attraverso analisi e sintesi progressive. Con l'aiuto degli amici e dei colleghi disponibili a mettersi su questa strada. E di tutti i lettori di PSS che vorranno dare il loro contributo.

## Gli autori di questo numero

**Ariela Casartelli** è assistente sociale, counsellor professionista e analista transazionale certificata nel campo del counsel-

ling. Consulente e formatrice Irs, insegna alla Scuola di counselling psicosociale del Centro di Psicologia e Analisi transazionale di Milano.

**Diletta Cicoletti** ricercatrice e formatrice dell'Irs per le tematiche legate all'assistenza a persone non autosufficienti. Si occupa di organizzazione del lavoro multiprofessionale e di progettazione personalizzata dei servizi.

**Anna Fabbrini**, psicologa e psicoterapeuta, nel 1979 ha fondato con Alberto Melucci il Centro Alia di Milano. Svolge attività psicoterapeutica con adulti, adolescenti e con le coppie. È didatta ordinario e supervisore della Federazione italiana scuole e istituti di Gestalt (Fisig) e professore a contratto alla facoltà di Psicologia dell'Università Cattolica di Milano.

**Maria Grazia Guida**, assistente sociale, è direttrice della Fondazione Casa della Carità di Milano, presieduta da don Virginio Colmegna, e presidente del Centro ambrosiano di solidarietà (Ceas), associazione che si occupa di giovani con problemi di dipendenza, salute mentale, immigrati e progetti di coesione sociale.

**Oliviero Motta** è operatore sociale e giornalista pubblicitario. È stato per sei anni Assessore alle Politiche sociali del Comune di Rho in provincia di Milano. Attualmente è vice presidente di Comunità Nuova onlus, associazione fondata da don Gino Rigoldi. Il suo blog: [www.gentedillato.it](http://www.gentedillato.it).

**Sergio Pasquinelli** è direttore di ricerca all'Irs, dove si occupa di politiche per la non autosufficienza, interventi di contrasto alla povertà e valutazione dei servizi sociali. Dirige [Qualificare.info](http://Qualificare.info), sito dedicato al lavoro privato di cura.

**Claudia Polli**, pedagogista specializzanda in counselling professionale a indirizzo sistemico, è responsabile dell'area dipendenze del Ceas, che comprende diversi servizi, di tipo diurno e residenziale.

**Dela Ranci**, psicologa, psicoterapeuta, è responsabile del Servizio di consulenza psicologica ed etnopsichiatrica per immigrati della cooperativa sociale Terrenuove di Milano: [www.terrenuoveonlus.it](http://www.terrenuoveonlus.it).

**Anna Rotondo**, filosofa, psicoterapeuta, analista transazionale didatta, socio fondatore e consulente di Terrenuove.

**Giampietro Savuto**, psicologo, psicoterapeuta, dopo diverse esperienze nei servizi pubblici, dirige le residenze psichiatriche Lighea a Milano, di cui è presidente. La Fondazione Lighea si occupa dal 1985 di persone con disagio psichico.

**Patrizia Taccani**, psicologa, formatrice, docente presso la Scuola regionale per operatori sociali del Comune di Milano fino al 2002. Svolge attività di consulenza e formazione per enti pubblici e privati. Ricopre il ruolo di facilitatore in gruppi di auto-mutuo aiuto rivolti a caregiver di anziani non autosufficienti e a persone implicate nei vari passaggi dell'età anziana.

# Cambiamento e psicoterapia

Anna Fabbrini

Psicologa, psicoterapeuta

## TUTTO SCORRE

Il cambiamento continuo è il nostro destino di creature; è qualcosa che non possiamo evitare perché iscritto nella nostra carne, nel nostro programma biologico. Cresciamo e ci modifichiamo per tutto il corso della vita, la nostra identità si stabilizza e muta nel tempo seguendo gli andamenti, le fasi e le variazioni del nostro itinerario esistenziale.

In un gioco di permanenza/riproduzione e continua metamorfosi, strutturiamo il senso di noi stessi, ci sentiamo situati nel presente, ancorati alla storia vissuta e orientati al divenire attraverso la progettualità, l'anticipazione e la capacità di sognare; funzioni, queste, sostenute dai sentimenti di fiducia e speranza verso il tempo a venire.

## NUOVI DESTINI

Il ritmo del mutamento che la vita contemporanea richiede, tuttavia, ci appare talvolta, per noi che abitiamo le società complesse, una sorta di imperativo cui non possiamo sottrarci. Avendo, meno che in passato, riferimenti certi e incoraggi sicuri, quando ci perdiamo, spesso faticiamo a ritrovarci: il nostro processo di cambiamento ha poco o nulla di "naturale": subisce delle accelerazioni e delle urgenze alle quali non siamo preparati, con il sentimento di perdere continuamente quello che abbiamo costruito. Le nuove libertà d'azione che abbiamo conquistato generano infatti una forte pressione a continui e faticosi adattamenti, nutrendo in noi la sensazione di una consistenza sempre provvisoria, talvolta spezzata, composita e dunque fragile. Da qui può nascere una sofferenza (crisi) che spesso necessita di un aiuto terapeutico per poter essere superata.

## IDENTITÀ E CICLO DI VITA

Nella mia pratica clinica, i temi

dell'identità personale, crisi di identità e di ciclo di vita, sono diventati centrali: integrano e completano i miei riferimenti teorici legati alla psicoterapia della Gestalt. Essi rappresentano un vero e proprio cambiamento di paradigma, in quanto permettono di vedere la condizione personale in una nuova luce. Siamo passati da un'idea di vita caratterizzata da un tempo di trasformazione (infanzia), seguita da una fase adulta caratterizzata da una maggiore stabilità e dalla raggiunta maturità, alla prospettiva che vede l'individuo impegnato per tutto il corso della propria vita in un'esperienza di crescita e di continui cambiamenti.

Il corso di vita ci appare così caratterizzato da andamenti, periodi, permanenze vitali, crisi, emergenze, ricorsività, adattamenti creativi. Il concetto di maturità diventa processuale e non più biologico o anagrafico, e viene meno come riferimento certo, legato a un'età precisa. La fine dell'adolescenza non è più considerata un punto d'arrivo stabile in cui si disegna in modo definitivo il profilo dell'essere adulti; si abbandona l'esigenza di avere un'idea forte, stabile e definitiva di identità, e si sposta l'attenzione dalle tappe biologiche della crescita ai modi di fare esperienza di sé e del mondo, e sul processo continuo di autocoscienza che a questo si accompagna.

## INTERSOGGETTIVITÀ

Noi abbiamo identità perché qualcuno ci ha identificato e anche perché qualcuno ci identifica continuamente. Il bambino acquista un'identità perché i genitori o chi ha cura di lui lo riconoscono. Essi sono il primo specchio, la prima conferma d'esistenza che rappresenta il rudimento di tutti i sistemi di autoriconoscimento successivi.

Il comportamento della madre o della persona che gli rivolge le cure