



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

Profilo professionale: Dott.ssa DANILA DI LERNIA
Tesi finale-Caso Clinico:"Aiutare Mirco a riordinare la sua libreria"
Relatrice: Dott.ssa MARIA PIA ALBANESE
Quadriennio 2014-2017

“[...] Tutto quello che ho sperimentato, a partire dalla scelta universitaria fino ad arrivare all’ ultimo giorno di scuola di formazione, hanno contribuito a creare in me la possibilità di autorizzarmi a fare e a sentirmi in formazione continua. Non ho mai pensato di fare la psicologa e di conseguenza la psicoterapeuta, fino a quando un giorno di fine estate mi sono detta “ Andiamo e vediamo cosa succede, ce la puoi fare”, e con la macchina in compagnia della mia paura e di mia madre ho affrontato il viaggio che mi avrebbe portato da Andria a Urbino per sostenere il test di ammissione per la facoltà di Psicologia dell’Intervento Clinico. Solo 250 persone come me o diverse da me ce l’avrebbero fatta e quando ho letto quel numero abbinato al mio nome, il 200, ho pensato che nessuno più mi avrebbe fermato e mi sono sentita la persona più felice del mondo. Per la prima volta in vita mia ero io a scegliere cosa studiare e dove farlo e avere questo potere è stato fantastico. Gli anni dell’università sono stati gli anni più faticosi e nello stesso tempo gratificanti della mia vita, ho scoperto la mia indipendenza, le mie debolezze e le mie capacità, anche se a volte la vocina della psicologa nana dentro di me ancora mi diceva “ma lascia perdere tanto non ce la farai mai” e all’inizio ho anche rischiato di credergli, quando cercando di boicottarmi non ho superato i miei primi tre esami e per un secondo mi sono detta “ basta, torno a casa”, non l’ho ascoltata e con un po’ di delusione nel cuore e la vergogna mi sono messa a cercare di capire cosa avrei potuto fare di diverso per iniziare a darmi soddisfazioni, bè una cosa semplicissima : crederci. Così ho fatto e tra esami, gruppi di studio, libri fotocopiati e lezioni ci sono riuscita, mi sono laureata, mentre inconsapevolmente quella vocina nana dentro di me continuava a lavorare sotto copertura per impedire al mio desiderio di essere realizzato.

Anche durante il periodo universitario non sono mancati i periodi di tirocinio, per me fondamentali, perché mi hanno aiutato a creare la consapevolezza che ho oggi rispetto ai miei ambiti di interesse professionale, in questo periodo mi sono sperimentata nell’area della psicologia scolastica e della psicologia geriatrica lavorando in una scuola elementare di Urbino e in una casa di riposo anche per pazienti psichiatrici di Trani, sempre e solo facendo il mio buon lavoro e spendendomi comunque al 100 per cento in queste esperienze. Alla fine sono approdata in una Comunità per minori di Macerata, guadagnandomi a fine tirocinio un



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

contratto per la sostituzione di una maternità come operatrice, qui ho cominciato a capire l'importanza dei legami e delle relazioni nella prima fase evolutiva di un individuo, osservando come ogni bambino e ragazzo si relazionava con ogni membro dell'equipe e quando ero molto fortunata anche attraverso l'osservazione degli incontri protetti dei minori con i genitori. Ho cominciato poi, mentre scrivevo la mia seconda tesi, a lavorare come educatrice in una casa d'accoglienza per mamme con bambini e pur essendo una delle più giovani e senza esperienza nel campo, ho iniziato a lavorare sodo e bene, credendo molto in quello che facevo e con la consapevolezza che avevo ancora una volta una delle più grandi fortune del mondo, osservare da vicino quello che per anni avevo studiato solo sui libri, il legame di attaccamento tra una madre e il proprio bambino, e in quel contesto era ancora più soddisfacente perché il tutto si inscriveva in storie di vita difficili e cariche di traumi che sui libri invece non ti spiegano fino in fondo. La storia degli attaccamenti di quei bambini, incontra, dialoga con la mia, alimentando un'interesse che, con lo studio, con l'esperienza e con la formazione, diventa oggi "clinica". Ma nonostante le lusinghe di questo meraviglioso lavoro e della mia psicologa nana, personaggio utilizzato dal mio inconscio in uno dei miei sogni comparsi durante la mia terapia personale per rappresentare il mio Super Io severo e critico sempre pronto a cercare di farmi mettere in discussione tutto quello che avevo conquistato poco prima, ho cominciato a prepararmi per dare il faticoso esame di stato, i sei mesi più lunghi e devastanti della mia carriera, persino mio marito avrebbe voluto in quel periodo lasciarmi stare e rivedermi direttamente a cose fatte, ma lui è uno dei miei attaccamenti sicuri e c'è stato anche nonostante questo.

Finalmente tutto il lavoro, lo studio e soprattutto il nervosismo accumulato portarono al loro meraviglioso risultato: ora ero a tutti gli effetti una psicologa, facevo parte di un 'albo ma avevo anche nuove responsabilità da considerare. La prima fra tutte quella verso me stessa e il desiderio che portavo con me. Su che cosa avrei voluto investire il mio tempo e le mie energie? Cosa pensavo di poter fare bene?, la risposta non ha tardato ad arrivare, volevo lavorare con le persone e con la relazione che con loro inevitabilmente si crea, utilizzare al meglio il mio intuito e la mia sensibilità non più per essere un facilitatore e osservatore di un contesto ma vivendolo dal di dentro. La strada iniziava davanti a me a delinearci sempre più, volevo lavorare collaborando con i pazienti utilizzando tutto ciò che avevo osservato durante gli anni di studio universitario e lavorativo sulla relazione sana e patologica, sugli attaccamenti sicuri e insicuri e su come potesse essere riprodotta nel setting individuale una base sicura e protettiva come quella rappresentata dalla comunità e dall'equipe che ci lavora. Ma purtroppo niente era così facile come sembrava, il mio lavoro come educatrice dopo 3 rinnovi consecutivi sarebbe diventato un bel contratto a tempo indeterminato e i miei



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

sensi di colpa rispetto al fatto di non garantire alla mia famiglia, appena formata, un'entrata fissa e al fatto che avrei dovuto fare per un po' la mantenuta ed essere ancora una volta dipendente ridavano voce al mio Super Io critico e severo che mi diceva “ vedi che tanto non ce la puoi fare, accontentati della strada sicura “. Ma niente da fare, ho fatto un piccolo salto nel vuoto e ho deciso di licenziarmi attirando non molte critiche e osservazioni anche da parte di chi mi era più vicino, la più pesante dal prete responsabile del servizio, il quale dopo avergli spiegato le mie motivazioni, “Mi licenzio perché voglio fare la psicologa e forse un giorno anche la psicoterapeuta e nonostante questo lavoro mi piaccia molto sento che non posso investire del tempo ed energie per farli entrambi perché rischierei di fare male tutto”, mi rispose dicendomi che per lui andava bene così ma che un posto così non mi ricapitava più e che non avrei potuto sperare nella vita di fare altro che l'educatrice perché di psicologi ce ne sono molti in giro e per entrare a far parte di qualche servizio ci vogliono le conoscenze. Il pugno allo stomaco e' stato così forte da pensare per un attimo di desistere e lasciar perdere e invece ci sono riuscita , ho sentito una rabbia talmente forte uscita da quell'incontro che avrei potuto spostare il mondo e invece l'ho solo utilizzata per spostare il centro del mio desiderio.

Ho passato l'esame di stato e con la mia compagna d'avventura Maria abbiamo iniziato la ricerca della scuola di specializzazione da seguire insieme. Sentivo l'esigenza di dare corpo e struttura a tutta quell'esperienza acquisita durante l'università e non solo, avevo bisogno di un buon contenitore all'interno del quale sistemare tutti i dati raccolti tramite il mio lavoro sui libri, in vivo e il certosino lavoro di osservazione per fare diventare questo grande patrimonio teorie e tecniche da utilizzare nel lavoro individuale in seduta con i pazienti. Spinta da questo bisogno e dall'esigenza personale che ho legata al fatto che per imparare ho bisogno di vivere e sperimentare le cose ho iniziato a cercarmi un mio spazio e setting all'interno del quale iniziare a vedere come ci si sentiva a stare in relazione , com'era possibile lavorarci e sono iniziati i progetti gratuiti e le prime consulenze a pagamento, non con poche difficoltà, con la sicurezza di avere il contenitore della scuola di specializzazione e del mio gruppo di formazione che mi avrebbe aiutato. Subito dopo aver iniziato la scuola di specializzazione mi sono autorizzata nei limiti delle mie competenze e rispettando l'etica professionale che questo lavoro impone di iniziare a vedere pazienti e mettermi in gioco anche a scuola attraverso la mia esperienza e i miei errori. E' stato questo il modo in cui ho incominciato ad avvicinarmi rispetto alla formazione, non mancare mai una lezione, essere attenta durante la lezione, prendere appunti, leggere i libri consigliati dai formatori, portare e discutere i miei casi al gruppo, pensando ancora una volta però che nonostante tutto quello che avevo e che mettevo in gioco questo non sarebbe mai bastato a farmi sentire comoda sulla poltrona da psicoterapeuta. Anche in questo caso i miei



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

primi due anni sono stati di osservazione e attesa, che quasi tutti hanno saputo rispettare, e che hanno portato a fare in modo che io iniziassi a sentire nuovamente dentro di me quel desiderio di fare la psicoterapeuta prendendo e sfruttando al massimo il percorso di specializzazione con la consapevolezza che qualsiasi confronto con altri professionisti rispetto al modo di stare in relazione con l'altro sarebbe risultato fuorviante e che era ora di permettere alla voce del mio Super Io criticone di smettere di parlare così insistentemente, così ho smesso di mettermi in gioco solo attraverso la mia esperienza e l'osservazione e ho iniziato a farlo con tutta me stessa. Ho imparato grazie a questo che la mia sensibilità e capacità di attesa non erano assolutamente un limite rispetto alla direttività che questo modello a volte impone ma che se inserito nel suo giusto contesto e in una particolare fase del processo psicoterapeutico può rappresentare un elemento fondamentale [...]

Ho iniziato ad apprezzare la mia ironia utilizzandola come strumento funzionale per poter esprimere alcune cose, piuttosto che difendersi da esse utilizzandola come limite. L'umorismo si è trasformato in una tecnica molto importante per superare alcuni momenti di empassa ed energizzare gli interventi nei confronti di particolari pazienti, come ad esempio quelli con difficoltà ansioso depressive. Ho imparato ad apprezzare la mia semplicità nel mettere in parole concetti e teorie utilizzandolo come strumento che mi permette di esprimere ai pazienti di quali processi sono responsabili. Ho sperimentato la mia empatia e intuito, importanti per creare quella che noi definiamo alleanza di lavoro e la struttura che dà seguito al processo, ora ne sono pienamente consapevole quando sono di fronte ai miei pazienti nel mio studio ma soprattutto quando mi sono sperimentata nel contesto del lavoro in una comunità per tossicodipendenti e tutte le volte che mi approccio con uno dei migranti che chiedono il mio aiuto, far percepire loro che ci sono, li ascolto e che insieme andremo da qualche parte, certamente migliore del punto di partenza. Ho imparato come voglio sentirmi facendo questo lavoro: ovvero semplicemente me stessa. Per questo la delusione iniziale rispetto al fatto che il mio bisogno legato all'esigenza di una struttura venisse non soddisfatto pienamente dal percorso formativo si è trasformata in soddisfazione quando grazie alla scuola e a molti dei miei formatori ho realizzato che il modello e lo stile rappresenta qualcosa di molto personale che si acquisisce rispettando se stessi e soprattutto il paziente che si ha di fronte. Sono le teorie di riferimento che ci accumulano tutti ma ciò che ci distingue e come scelgo di utilizzarle nel miglior modo breve possibile, dove per breve io intendo la capacità di sfruttare nel miglior modo possibile per il raggiungimento del benessere psicologico di quel paziente il mio stile personale con le tecniche che rispettano tale stile, tutti aspetti che grazie alla scuola si



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

sono delineati e hanno preso forma e con la sua conclusione sicuramente saranno ampliati, approfonditi, aggiornati e continuamente curati.

Il mio attaccamento nei confronti della formazione è stato rappresentato anche dall'evoluzione del mio setting. Ho iniziato seguendo i primi casi in una stanza ricavata all'interno del centro pilates di una mia cognata, nonostante avessi uno spazio della mia casa separato da essa che ben si sarebbe adattato a questo, e come se mi fossi detta appoggiata dal mio Super-io severissimo che forse era il caso di provarci prima a vedere se questo lavoro ero in grado di sostenerlo senza implicazioni personali di nessun tipo tantomeno abitative. Il secondo anno ascoltando la mia sensazione di disagio e insoddisfazione per il poco rispetto che stavo dando per prima a me stessa e poi alla mia professione ho deciso di sistemare la piccola dependance che ho appena fuori dalla mia casa solo con qualche mobile essenziale preso qua e là e mantenendo ancora una barriera tra me e il mio desiderio e soprattutto tra me e il paziente, ovvero la scrivania, quasi a dirmi ci sei ma aspetta un altro po' se puoi completamente fidarti di quello senti. Il terzo anno, nonostante la scarsa affluenza di pazienti, in linea con il quadro che qualche docente ci aveva espresso, mi sono detta e autorizzata a credere e sentire mio il desiderio di diventare una psicoterapeuta e per questo non aver paura delle emozioni che avrei potuto sentire arrivare da miei pazienti e che avrei potuto svelare cogliendo bene senza barriere la loro postura sul divano, il giocherellare con le mani o l'agitazione delle gambe, così ho spostato la scrivania, che ora utilizzo solo io quando a fine seduta sento la necessità tutte le volte di annotare su dei fogli tutto quello che per me è importante rispetto alle comunicazioni del paziente, ovvero il transfert e il mio controtransfert, le immagini che il paziente mi suscita o mi racconta, i suoi sogni e tutto ciò che per quel caso è necessario annotare. Nel mio setting ho inserito il divano e una vecchia poltrona imbottita da teatro trovata in uno dei mercati dell'usato che rappresentano una delle mie passioni, il tutto posto sopra un tappeto con un tavolino, e per me è importantissimo iniziare a farmi già un'idea di chi ho di fronte da dove e come si posizionerà sul divano di fronte a me. Il quarto anno mi ha portato una consapevolezza in più, ho ricevuto alcune richieste da professionisti che ho conosciuto grazie ai tirocini svolti durante questi quattro anni di scuola a collaborare come psicologo e psicoterapeuta esterno nei loro rispettivi studi, pur non essendo studi destinati al setting psicoterapeutico io mi sono autorizzata e ho sentito l'esigenza di verificare prima di tutto che fosse garantito il requisito fondamentale della riservatezza e della presenza di un 'ambiente il più possibile libero da intromissioni esterne di ogni tipo e poi rispettando la mia personale esigenza di un setting ho ricavato un piccolo angolo costituito da due comode sedie e un tavolino con un tappeto e un bell'orologio da parete. La consapevolezza in più è data dal fatto che il setting sono Io e che questo il paziente lo



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

percepisce e una volta fissati alcuni paletti anche io mi sento a mio agio in uno spazio che non ho creato io e per questo non sentirmi meno competente o efficiente. Dopo aver acquisito, anche grazie alla scuola, questa nuova consapevolezza la sincronicità di cui parla Jung non ha tardato a palesarsi con l'arrivo dei primi nuovi pazienti anche in questo nuovo setting.

Grazie al tirocinio del mio ultimo anno di formazione in una comunità per tossicodipendenti e al lavoro che faccio tuttora con gli immigrati ho avuto la possibilità di consolidare questa nuova consapevolezza rispetto a me stessa e al mio lavoro, poiché sono contesti nei quali non solo si lavora in equipe e istituzione ma spesso lo status d'emergenza di questi ambiti non permette al clinico di avere sempre setting e obiettivi prestabiliti e il rischio di confondersi a causa di questo è sempre in agguato, per questo l'unico elemento di continuità sono io e il mio lavoro con loro. La scuola di specializzazione e il confronto con chi di quel lavoro ne vive sul serio mi hanno fatto sperimentare ciò di cui avevo sempre e solo sentito parlare, il transfert e il controtransfert, le difese e la resistenza, i sogni e le relazioni d'attaccamento. Questi gli elementi che in maniera predominante uso nel mio lavoro, il transfert e il controtransfert mi orientano rispetto all'entità del trauma vissuto dal paziente e alle emozioni che esso ha veicolato e che il paziente ha percepito tramite l'esperienza traumatica. La scuola, il percorso di analisi individuale e il lavoro di supervisione mi hanno aiutato ad imparare come gestirlo all'interno della relazione terapeutica e non aver paura di utilizzarlo come strumento terapeutico. Le difese e le resistenze del paziente sono fondamentali per capire la precocità del trauma o dell'esperienza dolorosa vissuta, rappresentano la chiave per l'accesso al sentire del paziente. I sogni e le immagini mi danno la possibilità di lavorare sulla relazione nel qui e ora della seduta e sentire se essa sta funzionando o meno.

La scuola ha dato un nome e una struttura a tutto ciò che sentivo di avere di indispensabile per intraprendere questo lavoro e l'insoddisfazione e la sensazione di inadeguatezza vissuti nei primi due anni di formazione sono state necessarie per rafforzare il mio desiderio proprio come quando il paziente vive la crisi e la confusione appena prima del cambiamento terapeutico, fase indispensabile di questo mio percorso che ripeterei ancora perché mi è servita ha rispettare me stessa e di conseguenza a capire quanto sia importante il rispetto per il paziente. Ora mentre scrivo queste e righe e sono in procinto di diventare anche una psicoterapeuta mi sento realizzata e soddisfatta di come sono riuscita a non boicottarmi fin da principio. Nel corso di questi ultimi anni ho potuto capire quali sono le mie capacità e su cosa ho lavorato per poter dire a me stessa che questo è il lavoro che voglio fare. Nel corso della formazione ho dato la possibilità al mio Io



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

autentico di risvegliarsi e affermarsi attraverso una sana sperimentazione in questo micro sistema, ho sperimentato sicurezza attraverso i miei attaccamenti sicuri rappresentati da ognuno dei formatori della scuola e in particolar modo con quello stabilito con il mio supervisore, del quale avevo una grande soggezione iniziale ma grazie al suo rispetto per i miei tempi mi ha dato la possibilità di sperimentare la mia unicità e permettere al mio Genitore severo di trasformarsi in un Adulto consapevole. Ogni membro del mio gruppo di formazione a suo modo mi ha aiutato a fare i conti con una parte di me nascosta e dimenticata ma è stato grazie al mio fattore protettivo Maria che mi sono sentita libera di essere me stessa nel gruppo. Ora rileggendo il mio autoritratto professionale non posso fare a meno di percepire che anche il mio attaccamento nei confronti di questa professione è stato disorganizzato, ma ora che ho creato la base sicura fatta di teorie , metodo e struttura posso sperimentare con il paziente il cammino da perseguire. Perché come abbiamo imparato io e mia sorella durante il nostro cammino verso Santiago de Compostela :

“ Caminante, no hay camino , se hace camino al andar” A. Machado

Non avrei mai scoperto quanto fosse importante quel desiderio per me se quel giorno non mi fossi detta : ”
Andiamo e vediamo cosa succede, ce la puoi fare, il cammino si farà camminando”.”