

MODELLO CLINICO DI LAVORO

Matteo Ballabio
psicologo FSP
psicoterapeuta FSP

m.ballabio@digangivicini.ch
T. 077 50 95 916

Via Trevano 76
6900 Lugano

Via delle Vigne 85
6648 Minusio

La **psicoterapia fenomenologico-dinamica** affonda le sue radici nel modello terapeutico psicodinamico e nella corrente della psicopatologia fenomenologica.

Rispetto all'approccio psicodinamico classico che ricerca le cause del sintomo per poterlo affrontare, la fenomenologia si concentra sul **significato personale del sintomo** stesso, sul senso che esso ha nella vita e nel mondo del paziente. Per fare questo, nel percorso psicoterapeutico viene stimolata la consapevolezza di ciò che sta accadendo proprio qui e adesso e, considerando che ognuno funziona con una sua particolare modalità, si cerca di divenire più consapevoli del senso che il sintomo, o qualsiasi altra esperienza facciamo, può avere nella nostra vita.

Nei colloqui vengono messi in risalto i **vissuti del paziente**, sia quelli appartenenti alla normale vita quotidiana che quelli relativi ai momenti di sofferenza psicologica. Ma cosa sono davvero questi vissuti? Sono le modalità con cui, in ogni esperienza della vita, ognuno di noi si rapporta e vive, con le sue specifiche caratteristiche, il tempo, lo spazio, le emozioni e il rapporto con noi stessi, con gli altri, con il proprio corpo, con le emozioni o con i nostri valori. L'analisi di questi vissuti apre alla comprensione del nostro specifico, unico e irripetibile **mondo della vita**. La peculiare modalità che ognuno di noi ha nel fare esperienza di questi vissuti, nel rapportarsi e nel renderli parte di noi, è la via maestra per comprendersi e per comprendere la strada da percorrere per attuare dei cambiamenti consapevoli e duraturi. Non può esserci, infatti, alcuna modificazione o progetto senza un'adeguata comprensione della persona, oltre che del sintomo che porta.

"Ciò che chiamiamo psicoterapia non è altro in fondo se non una pratica intesa a far sì che l'ammalato giunga a 'vedere' la struttura complessiva dell'esistenza umana, il suo 'essere al mondo' e a capire il punto in cui egli si è smarrito."

Ludwig Binswanger

Altro elemento centrale del modello teorico della psicoterapia fenomenologico dinamica, in comune con altri modelli umanistici, è la **centralità della persona**. Ogni psicoterapia nasce dalla costituzione di un luogo di incontro, di ascolto e di dialogo, elemento necessario per la buona riuscita del percorso terapeutico. Mettere al centro la persona significa privilegiare un vertice di osservazione che intende superare i limiti dell'organicismo e delle rigide classificazioni delle malattie mentali, aprendo un orizzonte di senso diverso, che rende umano l'essere umano. In poche parole vuol dire prendersi cura della persona che si avvicina a un percorso psicoterapeutico nella sua interezza e non solo del sintomo o del disturbo che porta. I disturbi mentali non

vengono indagati come deviazioni dalla norma, ma vengono analizzati come fenomeni, espressioni soggettive, che consentono di risalire alla trama fondativa dell'esperienza umana di ognuno di noi.

Matteo Ballabio

psicologo FSP
psicoterapeuta FSP

m.ballabio@digangivicini.ch
T. 077 50 95 916

"Ci dobbiamo rappresentare in modo vivo ciò che avviene veramente nel malato, ciò che egli ha veramente vissuto, come sia sorta qualche cosa nella sua coscienza, come egli si senta."

Karl Jaspers

Via Trevano 76
6900 Lugano

Via delle Vigne 85
6648 Minusio

La patologia mentale subentra nella vita delle persone dove entra in crisi la reciprocità del dialogo e della comprensione. La psicoterapia è un **dialogo**, con un suo metodo, e il suo scopo è riallacciare il dialogo della persona con sé stessa e con gli altri, dialogo che era stato messo in crisi dalla patologia mentale. Attraverso il percorso della terapia, si attua una metamorfosi della modalità di vivere lo spazio, il tempo, le relazioni e subentra la possibilità di una nuova forma di rapporto con il mondo, con sé stessi, con gli altri, con il proprio corpo, con le proprie emozioni. Questo cambiamento avviene grazie alla co-costruzione, tra paziente e terapeuta, di un nuovo significato e di un nuovo senso.

"Le configurazioni psicopatologiche che l'esistenza umana assume nella clinica sono l'effetto di un'ermeneutica fallita delle proprie esperienze abnormi e delle trasformazioni del mondo della vita che esse portano con sé."

Giovanni Stanghellini