

La relazione di accompagnamento/2

Le derive

Maria Bottura*

Un campo a quattro vertici

Nella prima parte dell'articolo¹ abbiamo cercato di evidenziare alcune coordinate che possono aiutarci a definire la relazione di accompagnamento. Per mettere insieme le osservazioni emerse, da una riflessione sulla psicoterapia² prendo a prestito un modello con il quale si tenta di raffigurare il rapporto terapeuta/paziente: con le opportune modifiche, esso può aiutarci ad entrare nel processo del dialogo di accompagnamento e ad evitarne le possibili derive. Si tratta di un modello "a quattro vertici", in cui l'asse orizzontale rappresenta il vissuto della relazione, e l'asse verticale il lavoro di ricerca di una comprensione più profonda dei significati della vita della persona e della volontà di Dio.

Ai vertici dell'asse orizzontale sono collocati i ruoli parentali che in ogni relazione di accompagnamento – grazie anche al meccanismo del *transfert* – la persona può attribuire occasionalmente o sistematicamente alla guida, la quale in parte accoglie la richiesta che le è

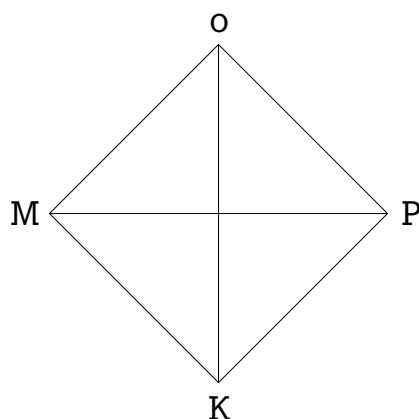
* Psicologa e psicoterapeuta, docente all'Istituto Superiore per Formatori.

¹ Cf M. Bottura, *La relazione di accompagnamento/1. Le coordinate*, in «Tredimensioni», 21 (2024), pp. 65-72.

² Cf T. Carere-Comes, *Il campo della psicoterapia: un modello a quattro vertici*, PM, Marzo 1998, <https://www.psychomedia.it>.

rivolta come legittima e si fa carico di alcune funzioni di competenza dell'uno o dell'altro ruolo (M e P).

Ai vertici dell'asse verticale, invece, sono poste le funzioni della guida, che stabilisce un'alleanza con un soggetto motivato e determinato a confrontarsi con la Parola di Dio e a cercare il Suo progetto per la propria vita, prendendo coscienza dei condizionamenti, delle immagini distorte di Dio e della propria realtà di persona segnata dall'esperienza del peccato e del limite, ma anche carica di risorse e di talenti. Ad un estremo dell'asse (K) collochiamo quindi l'accompagnatore capace di fare riferimento ad una verità oggettiva, conoscitore della Parola di Dio e dell'animo umano, e dall'altro (O) la guida consapevole dei limiti inevitabili che ogni processo di conoscenza deve accogliere, perché sempre in presenza di un "mistero" che non si può pretendere di conoscere totalmente.



All'interno del quadrilatero che ne risulta, si sviluppa il gioco relazionale dell'accompagnamento, che di volta in volta si porrà più vicino ad un vertice o all'altro a seconda dei bisogni e della soggettività della persona che chiede accompagnamento e della guida, evitando il pericolo di una rigidità che appare con tutta probabilità difensiva. Nella situazione di accompagnamento, si esprimono contemporaneamente il bisogno di "comprendere" e di approfondire le tematiche emergenti (asse verticale), e quello di sperimentare la relazione con una persona capace di rispondere alle esigenze più profonde del soggetto (asse orizzontale).

Ogni accompagnatore che voglia capire qualcosa del soggetto che ha davanti deve saper oscillare tra una posizione "oggettiva" di osservatore distaccato e una "empatica" di osservatore partecipe, muovendosi da un vertice materno in cui contenere e sostenere la fragilità e la debolezza dell'altro, ad un vertice paterno dal quale sollecitare al lavoro, all'impegno e alla responsabilità; deve ricostruire ciò che non è direttamente espresso per poter comprendere meglio e più in profondità, ma deve anche riconoscere un limite alla sua attività conoscitiva, oltre il quale si estende un mistero, che è il mistero di quella persona, con il quale dovrà continuare a rapportarsi.

La sfida è quella di mantenere la padronanza di sé per riuscire ad identificare la propria posizione all'interno del quadrilatero, distinguendo i vari elementi che contribuiscono ad originare la relazione e a connotarla in quel modo.

Si tratta di un delicato lavoro di equilibrio e consapevolezza: è sempre possibile, infatti, irrigidirsi su uno dei quattro vertici del campo, considerandolo come la sola prospettiva da cui osservare la relazione e il dialogo di accompagnamento, che viene così abbandonato al corso degli eventi, in una sorta di deriva che prenderà una direzione diversa a seconda di quale sia il vertice dal quale la guida non riesce a spostarsi.

Il maternalismo

Collocandosi in un registro materno, la guida si offre come contenitore e base sicura attraverso la disponibilità e la protezione. La guida disponibile offre al soggetto uno spazio e un tempo che potrà utilizzare come preferisce, e lo protegge dalle situazioni di pericolo generate dalla sua stessa impulsività attraverso alcune regole necessarie perché il percorso proceda. Come una buona madre, la guida deve essere in grado di contenere le contraddizioni e le frustrazioni senza lasciarsi prendere dall'ansia e dal senso di inadeguatezza, accettando sé, l'altro e la situazione così come sono, prima ancora che inizi una maturazione. Si offre come madre, ad esempio, quando mostra di non scandalizzarsi di fronte ai limiti e alla fragilità dell'altro, quando è paziente e mantiene la calma anche dinnanzi alle espressioni emotive più forti.

La posizione della guida nel vertice materno non può essere definita da alcun accorgimento tecnico, ma solo da un atteggiamento, perché non esistono risposte generali e uniformi alle domande di base sicura o di contenimento. Ma nessuno trova mai, in nessuna relazione, tutta la comprensione che vorrebbe: all'accompagnatore non è affidato il compito impossibile di soddisfare pienamente il bisogno di accoglienza che una persona esprime. Quando nell'accompagnamento il soggetto manifesta richieste esagerate, la guida deve saper riconoscere tale "eccesso" e contenerlo, senza criticarlo ma anche senza gratificarlo, evitando quindi quel maternalismo che fa diventare la relazione e la gratificazione da essa ottenuta più importanti dell'obiettivo dell'accompagnamento. Accompagnatori che non hanno una sufficiente conoscenza del proprio bisogno di affetto possono sentirsi gratificati da coloro che rivelano grande esigenza della presenza e del calore dell'accompagnatore, arrivando a non riconoscere quando la richiesta è eccessiva, oppure, sentendosi in dovere di rispondere ad ogni desiderio dell'altro, non avendo fatto pace con i propri sensi di colpa irrazionali.

Il paternalismo

Nella storia di ogni persona, il padre è colui che sollecita le uscite dal recinto simbiotico, per entrare in una nuova dimensione in cui mettere alla prova le proprie capacità e il proprio valore, accettando la fatica della lotta per ottenere ciò che vale e il rischio della sconfitta e del fallimento.

Nel vertice paterno la guida spinge il soggetto verso la responsabilità: propone una relazione di lavoro che implica sforzo e fatica, e chiede collaborazione ed impegno. In questo modo mette in moto le forze presenti in lui e lo pone di fronte alla necessità di gestirle. La guida/padre è una presenza che incoraggia, che ha fiducia nelle possibilità dell'individuo e lo stimola a dare il meglio di sé, anche quando questo costa fatica.

La responsabilità è, letteralmente, la capacità di rispondere delle proprie azioni. Quando questa capacità è matura, si risponde a sé stessi e alle esigenze che nascono nella persona stessa, ma si comincia con i richiami che vengono dagli altri. Perché il bambino impari a

rispondere bisogna (ri)chiamarlo, e spetta soprattutto al padre farlo, perché la madre ha un rapporto primario con l'infante, che non parla e non risponde. Il passaggio alla responsabilità è governato dal padre, o da chi gli subentra nel ruolo.

Anche nel dialogo di accompagnamento, ad un certo punto viene chiesto al soggetto un impegno di lotta che lo veda responsabile in prima persona. Ad esempio, collocandosi al vertice paterno, la guida potrà allora far notare atteggiamenti infantili da superare, perché la persona può fare di meglio.

Così come la posizione sul vertice materno può trasformarsi in maternalismo, gli interventi di una guida-padre possono degenerare in paternalismo. Nel porsi al vertice paterno, occorre ad esempio evitare di essere troppo direttivi, per permettere al soggetto di contribuire a definire gli obiettivi che cammin facendo possono rivelarsi diversi da quelli ipotizzati in partenza. Le persone hanno spesso una grande capacità di adattamento ai desideri della guida, per cui se capiscono che essa apprezza molto i discorsi su un certo tema, lo accontentano, e il percorso procede; ma procederebbe anche meglio se il tema affrontato nel colloquio fosse realmente quello che sta assorbendo le energie del soggetto nella vita quotidiana.

In ogni incontro si crea inevitabilmente una situazione in cui è necessario decidere la direzione da prendere, il "prossimo passo" da fare: se questa scelta viene fatta unicamente dalla guida, la persona sarà deresponsabilizzata. Al contrario, se le è consentito in qualsiasi momento di rinegoziare gli obiettivi e le modalità del dialogo, la si rende sin dall'inizio corresponsabile dell'andamento del percorso, in ogni sua fase e aspetto. La responsabilità maggiore nella conduzione dell'accompagnamento rimane della guida, ma non è esercitata per esigere obbedienza e sottomissione, bensì per ottenere che l'altro a sua volta si assuma la propria. Ciò implica la rinuncia, da parte della guida, alla pretesa che le proprie convinzioni siano necessariamente superiori a quelle dell'interlocutore³.

³ «Non è detto che il cammino ottimale per il bene del discepolo sia quello che noi ci immaginiamo o prevediamo per lui. Per quanto siamo esperti e pensiamo correttamente, il cammino lo deve trovare lui. Non è il nostro progetto che deve essere realizzato, ma l'ottimale per la persona che seguiamo», in A. Manenti, *Comprendere e accompagnare la persona umana*. EDB, Bologna 2013, p. 201.

La guida paternalista è anche quella che non tollera alcuna debolezza che possa rallentare il cammino; o che non si ferma ad ascoltare le reali difficoltà del soggetto, giudicate subito come "disobbedienza" o "resistenza"; o ancora è l'accompagnatore che sa sempre che cosa l'altro dirà prima ancora che inizi a parlare.

Sebbene con l'intenzione di scegliere "per il bene dell'altro", un accompagnatore paternalista finisce per tenere la persona in uno stato di dipendenza infantile senza stimolarne la responsabilità.

Alla guida può essere chiaro sin dall'inizio che il problema principale non è là dove il soggetto crede che sia, ma il punto essenziale è che deve comprenderlo anche lui: e la via migliore per arrivarci non è certamente l'imposizione. La pazienza e la capacità di attendere i tempi dell'altro, continuando a sollecitarlo e a "chiamarlo", diventano allora virtù indispensabili per un padre che sia realmente tale.

Anche su questo vertice non esiste una tecnica, ma si tratta prima di tutto di uno stile. L'intenzione della guida traspare dalle parole usate, dall'atteggiamento e dal tono di voce, consapevole di poter influenzare e orientare in modo decisivo le scelte del soggetto.

Si tratta di accompagnare la persona con gentilezza e fermezza in un cammino dove le prove da affrontare siano graduate e proporzionate alle sue forze.

Il dogmatismo

Sull'asse verticale della relazione di accompagnamento, si attribuisce alla guida il ruolo di "esperto", cioè di chi conosce non solo come è la persona umana nel dialogo con Dio, ma anche come "dovrebbe essere". Avendo già camminato nella vita, in un certo senso egli diventa il "garante" di una verità che si sta cercando.

È chiaramente necessario che la guida si sia formata in maniera da avere una sufficiente chiarezza dei temi spirituali che si affrontano nel percorso di accompagnamento e degli obiettivi da mettere in campo, e che sia mediatore autorevole e competente della Parola di Dio. Ma accompagnare non è solo né principalmente insegnare o indicare la verità; seppure si potrà chiedere alla guida un annuncio della Parola e una sua lettura corretta, la sua azione non si colloca nel filone dell'attività magisteriale. L'accompagnatore non è un teologo, né un istrutto-

re, né un professore, ma un educatore che suscita esperienze spirituali. La deriva del dogmatismo corrisponde ad un'impostazione pedagogica di stampo razionalistico che porta a preoccuparsi unicamente della comprensione delle idee, dei principi dottrinali e dei concetti, da applicare automaticamente alla realtà con un impegno volontaristico, senza un'assunzione responsabile delle proprie decisioni di fede e senza un coinvolgimento anche affettivo. Il cammino diventa così un percorso logico più che un'esperienza di vita.

Nella trappola del dogmatismo cade facilmente la guida insicura, che ha poca fiducia nelle proprie capacità e pensa di dover sempre "essere all'altezza", dando risposte immediate. Spesso è necessaria molta pazienza per giungere a comprendere la persona e ciò che sta vivendo, e questo può generare una certa ansia, alla quale la guida può reagire irrigidendosi sul polo della conoscenza oggettiva, presentando delle verità che, se pur corrette, non sono la risposta alla domanda che la persona sta portando nel dialogo.

Conclusioni affrettate o risposte date sull'onda dell'impulso hanno spesso origine nel *controtransfert*: sono cioè risposte che la guida dà a sé stessa e non all'altro. Rischia di rispondere a partire dal proprio vissuto e dalle proprie reazioni alla situazione di cui la persona sta parlando, ad esempio spingendola verso un'autonomia di vita per la quale non è ancora pronta o, al contrario, trattenendola in una obbedienza regressiva, anziché giungere a scoprire qual è il bene per questa persona, in questo momento.

La migliore rassicurazione per la guida deriva dal ricordare che è naturale non capire sempre: la vera comprensione chiede tempo, avviene attraverso intuizioni e successivi approfondimenti e conferme, passi avanti e qualche passo indietro.

Il relativismo

Se da un lato l'accompagnamento implica la necessità di far incontrare la persona e la sua soggettività con un dato oggettivo di fede, dall'altro dobbiamo ricordare che l'essere umano resta sempre un "mistero", mai conosciuto interamente, ed è quindi necessario che l'accompagnatore sappia porsi anche al vertice opposto dell'asse verticale, quello che lo vede "contemplare" la realtà dell'altro, camminar-

gli accanto con rispetto, senza pretendere di sapere esattamente che cosa Dio vuole da lui.

Si tratta di essere consapevoli che lo sguardo di Dio sull'altro è sempre più grande del nostro, per cui la visione della guida – anche la più esperta – è sempre parziale, riconoscendo così il primato della coscienza di ciascuno. Deve però trattarsi di una coscienza ben formata: il rischio di un'exasperazione di questa posizione è quello della deriva del relativismo, nella quale la guida tende a non esporsi mai con affermazioni oggettive, e in nome di un presunto rispetto o del proprio non possedere la verità, si limita ad accogliere tutto quanto l'altro pensa, fa e decide appellandosi alla sua coscienza, senza preoccuparsi di formarla.

Possiamo riconoscere come in passato fosse reale il rischio del dogmatismo, in quanto si tendeva a privilegiare i dati dall'alto e i principi universali, applicati un po' come ricette morali in modo univoco e legalista: certamente molta strada è stata fatta per spostarsi da questo vertice del nostro quadrilatero. Oggi, al contrario, è piuttosto reale il pericolo di cadere nel relativismo, dove la coscienza individuale rischia di divenire norma assoluta ed unica. L'affermazione: «La mia coscienza mi dice che...» dovrebbe, secondo alcuni, mettere a tacere ogni pretesa che esista un dato oggettivo con cui confrontarsi e alla luce del quale formarsi.

L'accompagnatore non deve sostituirsi alla persona accompagnata, ma neppure evitare ogni funzione maggiormente direttiva, esonerandosi dal compito di dare indicazioni utili per far camminare chi si affida a lui verso un'assunzione sempre più libera e responsabile delle decisioni da prendere. L'uomo, infatti, è un essere abitato dal desiderio di Dio e, contemporaneamente, da un tumulto di altri desideri, aspirazioni, seduzioni. In qualunque desiderio c'è sempre almeno una traccia del desiderio divino, di ciò che Dio vuole per la persona, ma è necessario che l'obiettivo verso cui si cammina sia la verità di sé stessi, la pienezza dell'identità, il bene vero, e non la gratificazione e il piacere in sé.

È dal desiderio che prende il via l'intero dinamismo psichico, quindi anche il processo decisionale: non è la volontà, ma il desiderio che spinge ad agire. È quindi evidente che occorre accompagnare la persona a camminare partendo dal desiderio, verso obiettivi che dia-

no un senso vero alla vita, e a non accontentarsi di ciò che soddisfa solo per un istante: il desiderio, infatti, va educato. Porsi di fronte al mistero dell'altro non significa affermare che tutto va bene: sarebbe relativismo che non aiuta l'altro a crescere nella verità di sé stesso e nella libertà.

Il tecnicismo

Fin qui abbiamo preso in esame le derive che nascono dall'irrigidimento su uno dei quattro vertici del modello considerato. Essere accompagnatori è sempre cercare equilibrio, che non può che essere dinamico, occupando di volta in volta la posizione che meglio permette all'altro di crescere.

Esiste però, a mio parere, un'ulteriore deriva: quella del tecnicismo. A partire dagli studi sulla comunicazione e sugli effetti di questa nella relazione, possiamo fare esercizio di tecnica, distinguere tra una risposta empatica ed una svalutante, tra un'ipotesi e un giudizio, tra un intervento che sollecita a dire di più e uno che invece fornisce tutte le risposte e lascia all'altro la sola possibilità di tacere. Al di là delle buone intenzioni, è anche importante sapersi realmente mettere nei panni dell'altro e prevedere che effetto può avere su di lui il proprio intervento⁴. Il metodo e la tecnica sono dei buoni "confini" che delimitano un intervento corretto da uno che invece non lo è, ma un controllo eccessivo e troppo rigido di quanto l'accompagnatore fa e dice è controproducente.

Se è vero che l'accompagnatore è chiamato a muoversi all'interno del campo che abbiamo identificato, mantenendo costantemente uno sguardo oggettivo su di sé, sull'altro e sulla relazione che si sta realizzando, non possiamo che constatare come questa sia una posizione "scomoda", perché è una posizione "tra", una posizione instabile, che chiede continue verifiche e bilanciamenti. La deriva scaturisce allora dalla ricerca di una sicurezza eccessiva, che può trovare

⁴ Per quanto riguarda le tecniche del colloquio, cf L. Cian, *La relazione d'aiuto. Elementi teorico-pratici per la formazione a una corretta comunicazione interpersonale*, Elledici, Torino 1994.

nella tecnica un appiglio rassicurante, spingendo la guida a valutare continuamente il proprio operato in base alla padronanza degli strumenti, risultando asettico ed impersonale: raramente questo sarà appropriato.

Nell'interagire con l'altro la guida porta con sé affetti, emozioni, pensieri, valutazioni, scelte, a volte anche emozioni negative: dolore, paura, rabbia. Tutto (incluse le emozioni negative) può essere messo al servizio dell'accompagnamento, oppure essere di ostacolo e rappresentare un'interferenza indebita della sua soggettività nel percorso. Si tratta allora di distinguere le interazioni adeguate da quelle non adeguate. Ma come fare? La guida deve sapersi affidare al buon senso e all'intuito del momento per rispondere in tempo reale alle diverse circostanze, a patto che all'intuizione segua sempre un momento di riflessione, in cui verificare l'effetto del proprio intervento.

Conoscere e utilizzare un metodo non significa assumere una posizione statica, uniforme e impersonale – questa, semmai, è la caricatura dell'accompagnatore – ma la capacità dinamica di recuperare in continuazione una posizione dalla quale comprendere ciò che viene detto e osservare l'effetto di ciò che si esprime, riconoscendo e prendendo distanza il più possibile dalle proprie motivazioni meno nobili, dai preconcetti e da modalità difensive. In questo modo, la tecnica rende possibile la relazione ed efficace la comunicazione, mentre la tecnica da sola, senza un "cuore", scade nel tecnicismo.

Per concludere

Ogni rapporto è occasione di approfondimento della conoscenza di sé e di trasformazione, perché l'educatore fa continuamente i conti con la propria umanità e con le immaturità da cui è segnata.

In ogni rapporto educativo l'adulto è chiamato a farsi carico dei compiti che nascono dal *transfert/controtransfert* o dalle richieste inadeguate dell'altro, per entrare realmente in contatto con il mistero rappresentato dalla persona che gli è affidata. Deve imparare a riconoscere ciò che nella relazione appartiene all'altro e ciò che invece appartiene a lui stesso, decidendo di volta in volta cosa fare di ciò che prova, quanta gratificazione concedere al soggetto o quanta frustrazione somministrargli nell'intento di risvegliare nuove e più profonde

domande⁵, riconoscendo però da dove nasce la sua tendenza a concedere o a frustrare.

È solo nel gioco tra vicinanza e lontananza, tra gratificazione e frustrazione, tra rassicurazione e stimolazione, che si mette in movimento il processo di accompagnamento, in un equilibrio che deve essere quello più conveniente alle caratteristiche uniche e specifiche di ogni individuo e al suo modo di percepire la presenza dell'altro. Di fatto, ciò che per qualcuno è presenza stimolante, per un altro può essere approvazione delle sue pretese di dipendenza infantile, e per un altro ancora invadenza; quello che per qualcuno è rispettosa distanza, per un altro può essere disinteresse e abbandono. L'arte della guida sta anche nel riuscire ad essere una presenza – in sapiente equilibrio tra sufficiente vicinanza e corretta distanza – che può contribuire a mettere in moto lo sviluppo, a far sorgere nuove domande, a recuperare e maturare coraggio e motivazione, al di là delle ansie e delle paure⁶.

Insieme alle conoscenze tecniche, rispetto ed empatia sembrano essere i requisiti fondamentali per mantenere questo equilibrio. In essi c'è la possibilità di rimanere disponibili, aprendo uno spazio di comunicazione che riconosce la diversità dell'altro, lasciandogli la libertà di prendere l'iniziativa "quando si sente pronto". Frutto del rispetto è la capacità di attendere, ma anche di provocare, confrontare e sfidare.

La maturità dell'educatore è sempre messa alla prova: emergono inevitabilmente i suoi limiti e le sue resistenze, che si attivano nel processo di accompagnamento in generale, e nell'accompagnamento di quel particolare soggetto nello specifico.

⁵ Cf F. Imoda, *Sviluppo umano, psicologia e mistero*, Piemme, Casale Monferrato 1993, p. 257.

⁶ Cf F. Imoda, *Sviluppo umano, luogo del mistero, e i colloqui di crescita*, in Id. (ed.) *Antropologia interdisciplinare e formazione*, EDB, Bologna 1997, p. 159.