



RIZOMA INTERVISTA GLI PSICOTERAPEUTI BOLOGNESI DELL'ASSOCIAZIONE NARDONE- WATZLAWICK ONLUS

Bologna, 17 ottobre 2011

*Un'intervista a tu per tu con gli psicologi volontari della Nardone-Watzlawick Onlus, impegnati in questi giorni ad Anzola dell'Emilia in un ciclo di conferenze sulle problematiche dell'adolescenza, affrontate con il metodo della **Terapia Breve Strategica**. Rispondono alle nostre domande il dott. Emilio Gerboni (EG), la dott.ssa Marina Giannerini (MG) e il dott. Zaccheo Pirani (ZP).*

Il vostro gruppo è collegato al Centro di Terapia Strategica di Arezzo, dove vi siete formati. In cosa consiste l'attività del Centro e della Onlus Nardone-Watzlawick, ad esso collegata?

“Il Centro di terapia strategica è un istituto di formazione, consulenza e terapia fondato dal Prof. Giorgio Nardone, diretto successore dell'opera di Paul Watzlawick, che ha “esportato” e adattato in Italia il modello di terapia breve della cosiddetta scuola di Palo Alto e, attraverso la ricerca, lo ha portato ad una effettiva evoluzione, tanto che ora è il modello di terapia breve strategica del Prof. Nardone ad essere esportato e adattato in altri paesi del mondo”. (EG)

“La Nardone-Watzlawick Onlus è un'associazione di volontariato che prende il nome da questi due studiosi, ed è costituita prevalentemente da psicologi e psicoterapeuti che portano avanti progetti di promozione del benessere psicologico”. (MG)

Come associazione “ci impegniamo a informare sui temi della salute psicologica, sia in una ottica di prevenzione, sia abbattendo i pregiudizi che circondano chi sta vivendo una situazione critica a livello mentale. Spesso chi avrebbe bisogno di aiuto non sa come trovare la persona competente; a volte viene liquidato sbrigativamente solamente con uno psicofarmaco. La Psicoterapia ha invece fatti grandi passi avanti negli ultimi due o tre decenni, e davvero si può fare molto per la maggior parte dei problemi: possono essere affrontati in maniera concreta, attuare un cambiamento e uscirne.”
“Inoltre mettiamo a disposizione come volontari una parte del nostro tempo per le istituzioni sociali, intervenendo a favore di persone in difficoltà psicologica e in situazione economica disagiata”. (ZP)

Quando nasce il gruppo di affiliati bolognesi e quali progetti ed eventi ha realizzato finora?

“Il gruppo nasce nel 2008/2009 ritrovandosi nel piacere della collaborazione nello sviluppo di iniziative comuni. Prevalentemente l'attività del gruppo si è concentrata sulla costruzione di iniziative aperte al pubblico, come la produzione di materiale informativo e l'organizzazione di diversi cicli di conferenze nei quartieri di Bologna Savena, Borgo Panigale e Santo Stefano e nei comuni limitrofi di Pieve di Cento, Castello d'Argile, Anzola e San Pietro in Casale. Complessivamente queste iniziative hanno registrato un afflusso di circa 1500 persone, che hanno assistito agli incontri con un

RIZOMA

STUDIO GIORNALISTICO ASSOCIATO

via Fondazza 25 - 40125 BOLOGNA - Tel. +39 051 5947075 - P.I. / C.F.: 03070881200
www.rizomacomunicazione.it - info@rizomacomunicazione.it



livello di soddisfazione, registrato dalle nostre schede di rilevazione, molto elevato. Questo ci ha dato la spinta a proseguire su questa direzione”. (EG)

“La collaborazione all’interno del gruppo va al di là di questi momenti informativi pubblici, il che consente di offrire a chi si rivolge a noi un “servizio” migliore e più capillare”. (MG)

In cosa consiste la Terapia Strategica, di cosa si occupa uno psicoterapeuta? In una sola domanda: a chi e in cosa giovano le vostre terapie?

“La psicoterapia Strategica a cui facciamo riferimento nella nostra attività è un processo terapeutico breve e focale che si concentra su un obiettivo concreto di cambiamento, concordato tra paziente e terapeuta. Il terapeuta Strategico si occupa di varie problematiche che vanno dalla semplice difficoltà emotiva o relazionale, alla reale patologia”. (MG)

“La Terapia Breve Strategica è riconosciuta come una valida Psicoterapia per i disturbi d’ansia, ma dietro alle varie sintomatologie in cui si esprime il disagio personale o familiare, c’è sempre uno o più problemi da cui uscire”. (ZP)

“Epitteto affermava che “Non sono le cose in sé a turbarci, ma le opinioni che abbiamo sulle cose”. Il terapeuta strategico lavora proprio per modificare le opinioni che abbiamo sui fatti, perché sono esse che ci procurano sofferenza. (...) Spesso la vita delle persone diviene completamente invalidata da un problema che le assilla, una fissazione alimentare, dei pensieri depressivi, difficoltà nella sfera delle relazioni intime, incidenti etc. che danneggiano gravemente la qualità della vita e impediscono di esprimere al massimo i propri talenti. Una volta sbloccato il problema aiutiamo la persona a ricostruire un nuovo equilibrio e ad evitare di intrappolarsi nuovamente”. (EG)

Descrivete la vostra figura professionale, con uno sguardo alla vostra formazione e al lavoro già svolto finora.

“Siamo Psicologi Psicoterapeuti che lavorano soprattutto in studi privati, al contempo con esperienze e attività in ambito pubblico, scolastico, lavorativo, della formazione, della ricerca, dell’intervento nelle comunità, e con i gruppi”. (ZP)

“Personalmente, (...) ciò che mi prefiggo è di contribuire al miglioramento della qualità della vita del singolo e dei gruppi e di farlo sempre meglio. Ci sono tante risorse umane sprecate, in particolare in Italia, che spesso finiscono per intrappolarsi nella patologia”. (EG)

“Ognuno di noi ha poi sentito l’esigenza di mettere, gratuitamente, a disposizione parte del proprio tempo e le proprie competenze a disposizione della comunità.” (MG)

Dal 27 settembre siete protagonisti di un ciclo di conferenze sull’adolescenza molto seguite presso la Biblioteca comunale di Anzola. I temi in programma sono vari e cruciali: dallo sviluppo dell’autostima fino all’internet dipendenza. Quali sono state le reazioni del pubblico, quali le impressioni avute?

“Abbiamo avuto una partecipazione molto numerosa, che cresce sera dopo sera. Un pubblico attento e interessato, che vuole capire di più della propria vita e di ciò che lo

RIZOMA

STUDIO GIORNALISTICO ASSOCIATO

via Fondazza 25 - 40125 BOLOGNA - Tel. +39 051 5947075 - P.I. / C.F.: 03070881200
www.rizomacomunicazione.it - info@rizomacomunicazione.it



circonda. C'è la voglia e il bisogno di strumenti concreti, indicazioni pratiche. Noi cerchiamo di darle". ZP

“Anche nel caso di queste conferenze - come in altre occasioni - i temi proposti sono stati scelti dopo il confronto avuto con i referenti del Comune che, in virtù del loro ruolo, conoscono le tematiche e le problematiche di maggior interesse della loro realtà. In base alla grande affluenza e all'interesse mostrato nel corso degli incontri svolti possiamo, con soddisfazione, dedurre che la scelta degli argomenti, che hanno come filo conduttore l'adolescenza si è rivelata calzante. In particolare per genitori di ragazzi in fase di adolescenza queste serate rappresentano veri momenti di confronto, di approfondimento, ma anche di acquisizione di un nuovo modo di affrontare le sfide educative". MG

“Ciò ha evidenziato come le tematiche selezionate catturino l'interesse della gente, in quanto aspetti con cui tutti noi dobbiamo fare i conti vivendo in questa società". EG

Il prossimo appuntamento ha un tema attualissimo: le nuove patologie legate all'abuso di internet e dei social network: saranno questi i problemi da affrontare nel prossimo futuro?

“Sicuramente sono problematiche in forte crescita. In particolare internet essendo un canale di diffusione rapidissimo e in grado di raggiungere un numero enorme di persone, rischia di produrre un effetto epidemico di altre tipologie di disturbi. Ad esempio, per ricollegarci al tema della scorsa conferenza, dedicata alla violenza, possiamo vedere come proprio le condotte auto-lesive, come bruciature sulle braccia o procurarsi dei tagli, possono essere apprese navigando e si possono formare comunità dedite a queste attività con cui i ragazzi possono facilmente entrare in contatto". (EG)

“In virtù della nostra esperienza professionale quello che osserviamo è che oggi ci troviamo di fronte ad adolescenti smarriti; i genitori e gli insegnanti lo sono altrettanto e faticano a trovare la giusta modalità di relazionarsi con figli o allievi che attraversano questa delicata fase della vita". (MG)

“Le forme del disagio sono profondamente legate al mutare della società e dei tempi, quindi le osserviamo rapidamente cambiare verso le forme tecnologiche su cui il pensiero stesso si modella. Nessuna paura delle nuove generazioni e delle tecnologie. Anzi al contrario, le buone pratiche possono prevenire gli usi errati della rete, e noi adulti possiamo essere buoni modelli per i ragazzi, anche durante le loro età più difficili ed estreme." (ZP)

Quali sono i rischi che si corrono oggi nel non affrontare o sottovalutare problemi di questa natura?

“Chi non sa come aiutarsi tende a rimanere in un equilibrio insano, con l'idea di dover subire la propria sofferenza senza poter fare nulla. Chi non fa nulla rischia un graduale peggioramento". (ZP)

“Oggi più che in altri periodi storici siamo sottoposti a forti stress, la situazione socio-culturale in cui siamo calati è alla perenne ricerca delle massime prestazioni. C'è sempre meno tempo per sé, per gli affetti, questo spesso porta a sottovalutare le difficoltà relazionali o a non riuscire ad essere presenti come genitori o ancora a sottovalutare sintomi di disagio psicologico. Questo troppo spesso porta a ricorrere

RIZOMA

STUDIO GIORNALISTICO ASSOCIATO

via Fondazza 25 - 40125 BOLOGNA - Tel. +39 051 5947075 - P.I. / C.F.: 03070881200
www.rizomacomunicazione.it - info@rizomacomunicazione.it



all'aiuto di un professionista, uno psicoterapeuta, solo quando la difficoltà si è trasformata in patologia o in un problema impedito". (MG)

Oppure "per paura o vergogna si evita di affrontare un problema che tende a ingigantirsi a dismisura. (...) Immaginiamo ad esempio i danni procurati al corpo da un disturbo alimentare decennale o dai soldi bruciati e vite rovinare con la dipendenza da gioco d'azzardo. A proposito Pessoa direbbe "porto addosso le ferite della battaglia evitate", quelle che non guariscono mai". (EG)

Qual è la funzione dei vostri cicli di conferenze: ovvero, il disagio ha spesso una dimensione personale, allora perché parlarne?

"L'informazione, se completa e concreta, è già una prima forma di intervento terapeutico". ZP

"Lo scopo è conoscere per prevenire il disagio comprendendo le modalità più efficaci e funzionali per affrontarle". MG

"Le conferenze sono pensate per avvicinare le persone al mondo della psicologia e svolgere una funzione di prevenzione, informazione e promozione del benessere. (...) Non sempre sappiamo riconoscere e dare un nome alle nostre dinamiche personali, le conferenze possono aiutare a farlo e a farci capire che sono risolvibili". EG

Quali sono i prossimi progetti in programma?

Tra la fine di Ottobre e di Novembre replicheremo alcune delle tematiche presentate ad Anzola a Pieve di Cento e vedremo di riproporre i cicli che hanno avuto un ottimo riscontro nelle sale comunali dei quartieri di Bologna presentando nuovi argomenti anche a seguito delle richieste ricevute dal pubblico. Oltre a questi incontri ovviamente ci saranno le attività che portiamo avanti a livello individuale. Personalmente nel prossimo futuro ho intenzione di presentare alcuni nuovi servizi e corsi e migliorare il servizio "open studio", un servizio di orientamento che permette di visitare il mio studio e avere un colloquio gratuito con me di persona riguardo alle curiosità di carattere psicologico. (EG)

Dott. Zaccheo
Pirani
Tel 333 88.80.233
Mail [zack@pirani-
psicologo.it](mailto:zack@pirani-psicologo.it)
Web [www.pirani-
psicologo.it](http://www.pirani-
psicologo.it)

Dott.ssa Marina
Giannerini
Tel: 338 2718876
Mail: [dott.giannerini@li-
bero.it](mailto:dott.giannerini@li-
bero.it)
Web: [www.psicologoansi-
a.it](http://www.psicologoansi-
a.it)

Dott.ssa Lara
Farinella
Tel. 347 9635026
Mail: larafar@libero.it
Web: [www.terapiabreve-
strategica-
bologna.it](http://www.terapiabreve-
strategica-
bologna.it)

Dott. Emilio
Gerboni
Tel 328 1615478
Mail: [emiliogerboni@gm-
ail.com](mailto:emiliogerboni@gm-
ail.com)
Web: [www.cambiament-
odue.it](http://www.cambiament-
odue.it)

WEB: www.nardone-watzlawick-onlus.org

RIZOMA

STUDIO GIORNALISTICO ASSOCIATO

via Fondazza 25 - 40125 BOLOGNA - Tel. +39 051 5947075 - P.I. / C.F.: 03070881200
www.rizomacomunicazione.it - info@rizomacomunicazione.it