

## **Il Counseling Filosofico nella prevenzione del disturbo psichico**

Marcella Bricchi<sup>1</sup>

### *Abstract*

Esistono situazioni precliniche di malessere non patologico in cui non è ancora possibile fare una diagnosi, non essendo ancora classificabili come vero e proprio disturbo psichico, che non precludono ma, anzi, auspicano un intervento di Counseling Filosofico, parallelamente all'approccio di tipo psichiatrico e farmacologico, in un rapporto di collaborazione e complementarità.

La filosofia, in questo senso, assume una notevole importanza nella sua funzione educativa di elezione e la rilevanza di un catalizzatore conoscitivo e di comprensione che non è parzializzazione, ma azione mirata all'ottenimento di uno stato di benessere generale.

*Parole chiave:* prevenzione – disturbo psichico – disagio esistenziale

### **Introduzione**

Nel mio progetto di tirocinio ho voluto occuparmi di persone che già conoscevo e che, in qualche modo, hanno partecipato agli eventi della mia vita in tempi diversi, ma con i quali ho instaurato un rapporto di confidenza e di empatia ancora prima di addentrarmi nelle loro vicissitudini esistenziali.

L'esperienza si è rivelata, dal canto mio, estremamente interessante in quanto sono emerse tematiche molto differenti l'una dall'altra, variando dalle difficoltà sul piano

---

<sup>1</sup> Counselor filosofico diplomato SSCF:ISFiPP

lavorativo e con i colleghi, alle incomprensioni familiari, sia all'interno delle relazioni di coppia, che nei rapporti con i genitori e con i parenti.

Ho notato che tutte le problematiche da loro messe in luce hanno alla base un comune denominatore che è il disagio esistenziale, consistente nel non sentirsi accolti e compresi nelle situazioni che si trovano a dover fronteggiare e dalle persone da cui sono circondati, come se in qualche modo si sentissero estranei a certe dinamiche a cui devono adattarsi ma in cui non si sentono autentici.

Ritengo che molte volte le persone che si trovano ad affrontare qualche forma di disagio esistenziale cerchino di trovare da sé una soluzione al loro problema, spesso chiudendosi e rinunciando all'aiuto che un professionista del campo, quale può essere il Counselor Filosofico nel caso specifico, può offrire loro per individuare una "stradina", così come è stata definita da Paola, una mia consultante, o avere un'intuizione risolutiva.

È stato proprio il caso di Paola a orientarmi verso il tema del mio progetto di tirocinio, sottolineando l'importanza del Counseling Filosofico come strumento d'intervento nei casi in cui l'aggravarsi di una forma di depressione esistenziale o di disagio "dell'anima" possa trasformarsi in un vero e proprio disturbo psichico.

Lo scopo del Counseling Filosofico, in questo senso, è di orientare il consultante all'accettazione del fatto che il dolore interiore, così come quello fisico, sia parte essenziale della nostra sofferenza, anzi affinché esso rappresenti un elemento che consenta la valorizzazione del suo opposto.

Al di là di questo controllo razionale, subentra il teatro della "follia" che è appunto il regime della polivalenza, in cui saltano tutte le categorie di spazio e di tempo, come accade nei sogni e nelle situazioni d'amore e in cui si assiste ad una vera e

propria sospensione di questo sistema di regole dominato dalla vigilanza della ragione.

Il Counseling Filosofico può in questo modo aiutare il cliente a guidare, canalizzare questa dimensione predominante della follia che è insita in noi, in modo da riuscire a dominarla, potenziando da un lato la nostra creatività e, dall'altro, imparando a gestire quei momenti di sofferenza che rappresentano una preconditione delle sue più temibili manifestazioni in termini di disturbo psichiatrico.

«In questo modo condizioni di malessere e di disagio interiore vengono a far parte fondamentale della nostra vita, non necessariamente con caratteri di malattia da curare o sopprimere, ma momenti che danno colori diversi alla nostra esistenza e rendono possibile dare luce a parti nascoste o altrimenti ignorate di noi stessi».<sup>2</sup>

Nel testo *Angoscia esistenziale*, Lodovico Berra spiega come sia difficile per un individuo accettare l'idea della sofferenza e riconoscerla come parte essenziale e integrante della nostra vita al punto da attribuire una diversa percezione del mondo, aprendo la coscienza ad una visione più ampia e profonda, orientata verso la trascendenza.

«Il nostro affanno nella ricerca del benessere tende ad annullare le potenzialità di un sentimento. In effetti ogni condizione di sofferenza (malattia, morte, dolore...) è in grado di operare una trasformazione della nostra visione del mondo».<sup>3</sup>

### **Vivere la fragilità come punto di forza**

Se ci si rende conto della fragilità come componente di cui l'uomo è naturalmente caratterizzato, si capisce come quest'ultimo abbia bisogno dell'altro per poter

---

<sup>2</sup>L. Berra, *Angoscia esistenziale*, Isfipp Edizioni, Torino 2017, p. 5.

<sup>3</sup>*Ivi*, p. 6.

vivere. Dalla coppia alla comunità, si crea così una forza ricostituente di una nuova società dove la fragilità è vista come elemento di condivisione e di solidarietà umana.

Quest'ultima è diversa dalla debolezza, in quanto non si tratta di un deficit o di una malattia ma di un elemento che definisce l'uomo con i propri limiti, perché in essa c'è già comprensione di questi.

È una prospettiva di cambiamento in cui noi non dobbiamo prescindere dalla necessità di interagire e trovare un supporto nella relazione con l'altro: «La fragilità è il nostro destino, certo, ma essa nasce, si svolge e si articola in una stretta correlazione con l'ambiente in cui viviamo, e cioè con gli altri da noi».<sup>4</sup>

«Non siamo monadi chiuse e assediate, ma siamo invece, vorremmo disperatamente essere, monadi aperte alle parole e ai gesti di accoglienza degli altri; e, quando questo non avviene, le dinamiche relazionali si fanno oscure e arrischiate: dilatando fatalmente le nostre fragilità e le nostre ferite, le nostre insicurezze e le nostre debolezze, le nostre vulnerabilità».<sup>5</sup>

Credo che una visione di questo tipo permetta la costruzione di una *forma mentis* in cui le normali passioni ed emozioni umane individuali non vengano considerate come un elemento di disagio e di diversità in una realtà in cui forza e potere fanno da padrone, ma come caratteristiche di un individuo perfettamente sano e in grado di condurre una vita normale sia dal punto di vista lavorativo che relazionale.

Bisogna ripartire da questa condizione di uomo «attaccato nel vuoto al suo filo di ragnò» (*La pietà* di Ungaretti), apprezzando la capacità di chiedere aiuto senza maschere pirandelliane, facendo in modo che i nostri limiti siano considerati

---

<sup>4</sup>E. Borgna, *La fragilità che è in noi*, Einaudi, Torino 2014, p. 8.

<sup>5</sup>*Ivi*, p. 9.

assolutamente umani e integrabili nella rete sociale in cui viviamo: «La fragilità fa parte della vita, ne è una delle strutture portanti, una delle radici ontologiche».<sup>6</sup>

Questo implica una capacità di mostrarsi per quello che si è, confidando in uno scambio di fragilità nel rapporto con l'altro e quindi anche in una relazione di aiuto quale il Counseling Filosofico.

Vanno indicati per il counselor filosofico, così come per le altre terapie di aiuto, anche tutti quegli errori valutativi che si commettono nel voler creare il dominante in un atteggiamento troppo direttivo o autoritario, perché il consultante finirà per sentirsi vittima di un giudizio e quindi più a rischio di una degenerazione in una vera e propria debolezza in termini di disagio con connotazioni psicopatologiche.

«La nostra società ha cancellato il termine saggezza e privilegia l'eroismo, un atteggiamento che va contro l'equilibrio».<sup>7</sup>

Il concetto di equilibrio viene qui definito come possesso naturale di meccanismi interiori tramite i quali siamo in grado di mantenere un'immagine coerente, senza voler contrapporsi ad ogni costo a chi si ha di fronte in un atteggiamento che ci permette quindi di mantenere una posizione di autenticità. Questo significa accettare il compromesso, ma non farsi sconvolgere dalla minima contrarietà inattesa.

Per vivere in questo modo, credo che occorra avere fiducia nel rapportarsi agli altri esseri umani, una fiducia che si basa sulla serietà, sulla coerenza avvalorata dal significato dei vissuti che hanno segnato la nostra storia personale.

A questo proposito mi sento di segnalare che chi si impegna in una relazione di cura, quale il counselor filosofico, debba essere un esempio assoluto di

---

<sup>6</sup>*Ivi*, p. 6.

<sup>7</sup>V. Andreoli, *Essere e destino*, Marsilio, Venezia 2018, p. 27.

straordinaria integrità e forza interiore, anche se certamente cerca di migliorare la propria esistenza avvalendosi dell'aiuto che una relazione e un confronto con un consultante può sortire.

Allo stesso modo in cui Freud ritiene che lo psicoterapeuta debba essere «sufficientemente sano, ed essere stato in odore di malattia, tanto da comprendere quella dell'altro, in particolare la malattia di vivere», così il counselor filosofico deve essere in grado di capire il disagio di chi ha di fronte, avendo anche vissuto stati analoghi di fragilità esistenziale.

Tra le emozioni cosiddette *fragili*, possiamo citare la timidezza e la tristezza che – come ben sappiamo – sono sentimenti che possiamo tutti aver provato nella vita con particolari risvolti in certe fasi della nostra esistenza.

La timidezza è un'emozione che non si riconosce subito, in quanto si può nascondere, mascherarsi, oscurarsi e talora scomparire, ma ha in sé una potenza che ci può allontanare dai contatti con gli altri e interferire quindi negativamente nei nostri rapporti interpersonali, creando una scissione tra noi e l'altro.

D'altro canto, tuttavia, essa ci può aiutare ad immedesimarci nel vissuto interiore altrui inducendoci quindi a tenere viva la distanza con le persone con le quali ci incontriamo rispettandone la libertà e permettendoci di non sconfinare nell'invasione.

«Nutrita nonostante tutto di scintille e di gocce di leopardiana speranza, la timidezza ci aiuta a ritrovare in noi stessi la leggerezza e la sensibilità necessarie a costruire relazioni umane intense e creatrici: anche quando si rivolgano a umani

destini incrinati dal dolore dell'anima e dalla tristezza, dall'angoscia e dalla disperazione».<sup>8</sup>

Così come la timidezza si configura come una forma di sensibilità, non si può fare Counseling Filosofico senza essere accompagnati da qualche traccia di insicurezza, e di riflessione sul senso e sul nonsenso delle parole che si dicono e di quello che si fa, attenendoci proprio a quello che la filosofia ci ha insegnato.

Per quanto riguarda la tristezza, si deve invece fare una distinzione tra quella che è la tristezza-malattia di connotazione più psicopatologica e preludio di una dimensione depressiva clinica, e la tristezza-stato d'animo che è invece una condizione di fragilità di cui il counselor filosofico si può occupare.

Eugenio Borgna, rifacendosi ad un testo di Romano Guardini (*Vom Sinn der Schwermut*), ipotizza una sorta di identificazione della tristezza e della malinconia, in quanto entrambe alluderebbero ad «una condizione umana incrinata da una stremata fragilità, da una debolezza dell'anima che, come ogni emozione fragile scorre palpabile, o impalpabile, lungo il corso di una vita».<sup>9</sup>

La parola tedesca di cui parla Guardini, *Schwermut*, si riferisce proprio ad un senso di pesantezza dell'animo, peso che condurrebbe l'uomo ad un sentimento di sofferenza cronica inesorabile e insopportabile e, di conseguenza, ad un graduale allontanamento e nascondimento dalla vita sociale inadatta a comprendere questo tipo di sentimento.

Anche all'interno della follia, in quanto esperienza umana ricca di emozioni di sofferenza ma anche di gioia, ci sono degli aspetti fenomenologici che ne indicano l'umanità e la fragilità esistenziale.

---

<sup>8</sup>E. Borgna, *La fragilità che è in noi*, cit., p. 17.

<sup>9</sup>*Ivi*.

Essa rappresenta una delle tante possibilità umane in cui l'individuo è heideggerianamente gettato in questo mondo e che è presente in misura diversa in ciascuno di noi.

È proprio la misura, la quantità e non tanto la qualità delle esperienze di sofferenza, che ci troviamo a vivere, che determinano la distanza tra la follia e la sanità di una persona.

È soltanto nel momento in cui queste emozioni “ferite” tendono a cronicizzare nei termini di accrescimento e accentuazione che possono diventare una vera e propria malattia, con la necessità di terapie farmacologiche.

La follia, in questo senso, si configura come un'esperienza umana ricca di emozioni di sofferenza ma anche di gioia, da qui l'importanza della conoscenza che nasca dalla sofferenza (*Ἐν τῷ πόνῳ μάθησις*)<sup>10</sup>: una sentenza topica che ha avuto un lungo seguito nella letteratura europea da Euripide a Nietzsche.

Occorre quindi intravedere le ombre nelle parole che noi ascoltiamo, anche nell'indicibile, nelle cose che non possono quindi essere dette e individuare delle sorgenti più vive e più creative nella lettura dei disturbi psichici.

Se è vero che la follia è la sorella sfortunata della poesia, come diceva Clemens Brentano, l'esperienza di angoscia e di depressione deve essere parlata e queste parole che parlano di emozioni non devono rimanere nell'oblio né spaventarci.

«Non bisogna estinguer la passione colla ragione, ma convertir la ragione in passione», affermava anche Leopardi nello *Zibaldone*, a dimostrazione di come in certi casi la ragione debba diventare passione e l'intuizione rappresentare una

---

<sup>10</sup>Eschilo, *Agamennone*, v. 177.



sonda conoscitiva che ci fa cogliere meglio le ombre dell'invisibile e quindi che cosa ci sia nell'interiorità di chi sta male.

In questo modo si sviluppa la capacità di creare subito con il cliente qualcosa che sia ai confini della cura, un rapporto di *feeling*, di empatia che permetta una facile comunicazione in primis e, successivamente, una proficua collaborazione. La comunicazione in questione non deve essere semplicemente razionale ma anche e soprattutto emozionale, intuitiva, consistente cioè nell'immedesimarci nel mondo dei vissuti interiori dei consultanti.

### **Comprendere il dolore**

Già nell'ambito della letteratura si è parlato di esperienza di dolore; lo scrittore italiano Carlo Emilio Gadda ha proprio scritto un libro al riguardo, *La cognizione del dolore*, in cui affronta il tema di una sofferenza che è dentro al corpo, ma anche e soprattutto dentro l'Io, cioè qualcosa che riguarda l'uomo nella sua interezza.

Lo psicologo e filosofo Jean Piaget, considerato il fondatore dell'epistemologia genetica, ovvero dello studio sperimentale delle strutture e dei processi cognitivi legati alla costruzione della conoscenza nel corso dello sviluppo, aveva compiuto al riguardo una distinzione tra *Sciences de l'homme* e *Sciences du particulier*.

Il Counseling Filosofico è una disciplina che si occupa dell'uomo nella sua interezza (*in toto*), deve cioè comprendere l'esistenza di un dolore che non nasce dagli organi e che deve essere affrontato con strumenti che esulano da quelli specialistici.

La cognizione del dolore può anche spesso legarsi al dolore dell'altro, dal momento che si tratta di un dolore che non ci appartiene ma si riflette in noi attraverso l'altro; da qui si capisce che l'uomo è per definizione l'animale che ha la

coscienza dell'altro. Secondo Heidegger, «dal momento che l'essenza della condizione umana è il con-essere, la comprensione dell'essere dell'esserci non ha come riferimento un punto-io-isolato, ma un ente che è sempre un con-esserci-nel mondo».<sup>11</sup>

In questo modo si riesce a “gettare un ponte ontologico” tra sé e l'altro e la comprensione diventa l'insieme delle possibilità in cui l'esserci diventa esistente: «La comprensione dell'aver cura è orientata dall'intenzione di cogliere ciò di cui l'altro ha necessità per attualizzare le possibilità del suo esistere proprio; capire ciò di cui l'altro ha necessità vitale significa mettersi in contatto con il centro della sua realtà esistenziale».<sup>12</sup>

È quindi evidente che esistenza e intersoggettività sono strettamente connesse, al punto che la perdita, la mancanza o l'abbandono dell'altro possono provocare dolore, si consideri ad esempio il caso del lutto. Se collochiamo pertanto il dolore all'interno di una condizione umana, riusciremo a tollerarlo meglio e a valutare la possibilità di chiedere l'aiuto dell'altro che, analogamente a noi, vive o ha vissuto in una condizione di sofferenza simile alla nostra.

Tra queste manifestazioni di dolore appare anche inevitabilmente la patologia mentale, che è spesso rappresentata da un'esacerbazione di una condizione di sofferenza di questo tipo. Nel caso della malattia di Strindberg, noto scrittore ottocentesco, di cui Jaspers compie un'attenta anamnesi dell'evoluzione patologica, si può affermare che egli cominciò a sentire uno stato di sofferenza a causa dei dubbi sulla possibilità di un eventuale tradimento e abbandono da parte della moglie.

---

<sup>11</sup>M. Heidegger, *Essere e tempo*, Longanesi, Milano 1927, p. 159.

<sup>13</sup>L. Mortari, *Filosofia della cura*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2015, p. 189.

In una condizione di abbandono e di solitudine è quindi più facile sviluppare un disagio esistenziale che, se non considerato sul nascere, tende a cronicizzare e a degenerare in atteggiamento nevrotico/psicotico e quindi patologico.

«Una delle caratteristiche principali del nevrotico è la sua incapacità di avere rapporti con gli altri. Egli è estremamente sospettoso, pensa che la società gli sia nemica, e vive la vita come se si trovasse su un carro armato».<sup>13</sup>

A fronte della testimonianza di un mio consultante, Giancarlo, non trapela un aspetto patologico ma sicuramente una condizione di forzata solitudine e di disagio generalizzato nei confronti della società ma anche della propria esistenza, che se non affrontato con un approccio di aiuto attraverso il Counseling Filosofico potrebbe degenerare in una vera e propria forma di nevrosi.

Tra la cosiddetta normalità e il disturbo psichico c'è quindi una continuità inevitabile:

«La dimensione depressiva è quindi un continuum in cui possono essere identificate differenti condizioni, di diversa gravità, che si associano o meno a determinati sintomi, che compromettono più o meno la vita sociale e lavorativa. In tale continuum possono esservi condizioni particolari che non devono essere intese come condizioni patologiche, come per esempio il sentimento di tristezza, il carattere depressivo o la depressione esistenziale...».<sup>14</sup>

Il counselor filosofico può intervenire per aiutare il consultante a capirne la causa; per questo occorre ascoltare la narrazione di ogni sentimento di disagio provato nella fase esistenziale in cui si vive; quindi, mentre un attacco di panico non si può

---

<sup>13</sup>R. May, *L'arte del Counseling*, Casa Editrice Astrolabio, Roma 1991, p. 23.

<sup>14</sup>L. Berra, *La dimensione depressiva*, Libreria Universitaria, Padova 2018, pp. 8, 37.

spiegare ma si può solo lenire, un senso di angoscia esistenziale che ne può rappresentare il preludio si può – anzi – si deve raccontare.

In merito a questo, ritengo molto utile anche ciò che afferma Gabbard: «La sofferenza psichica può essere compresa meglio eliminando la dicotomia mutualmente escludente fra mente e cervello: ogni dominio ha il proprio linguaggio e il proprio campo di applicazione, ma nel lavoro clinico è richiesta la capacità di essere “bilingue”, ovvero di comprendere sia il linguaggio del cervello sia il linguaggio della mente».

### **Psichiatria fenomenologica e filosofia**

Alla luce dei vari indirizzi metodologici e impostazioni teoriche della recente psichiatria, che si riflette in metodi terapeutici radicalmente differenti, ci si chiede se abbia ancora un senso parlare di quella fenomenologia esistenziale, che ha avuto il suo apice nei lavori e nella riflessione di Ludwig Binswanger.

Si avverte al riguardo un senso di avversione, quasi come se si trattasse di un elemento disturbante soprattutto negli ambienti più fortemente dominati dal cosiddetto “riduzionismo” biologico che trattano il paziente alla stregua dell’unica dimensione organicistica di *Körper* evitando ogni ragionamento sulle fondazioni teoriche della psichiatria.

Dal momento che la psicologia riconosce nella soggettività la sua area d’indagine, cosa si può rispondere quando si osserva che la soggettività non può essere riconosciuta da nessuna scienza?

A mio parere, non esiste psichiatria che non sia legata nella sua prassi a premesse teoriche e quindi filosofiche: la più rigorosa e la più coerente affermazione della necessità della psichiatria di riflettere sulle sue radici, la dobbiamo a Binswanger.

Rifiutare quindi il suo indirizzo fenomenologico solo perché la sua psichiatria amalgama teoria e prassi e considera la prima come essenziale alla seconda significa assolutizzare un aspetto del problema perdendo di vista la sua globalità.

In ogni sua sequenza tematica e metodologica, egli ha infatti saputo cogliere la possibilità di un orizzonte di senso anche nell'area delle esperienze psicotiche considerate dalla psichiatria clinica come prive di significato. Nella relazione egli ribadisce l'esigenza assoluta di ritornare all'intuizione come metodo conoscitivo e di mettere fra parentesi ogni teoria.

Il mondo degli oggetti che sono stati afferrati dalla coscienza è chiamato "mondo intenzionale" e la psicopatologia come scienza dei fatti deve inevitabilmente confrontarsi con la fenomenologia se vuole affrontare l'oggetto del suo conoscere (cioè la condizione umana) con strumenti adeguati e rigorosi.

Binswanger ha sottolineato la rilevanza decisiva della fenomenologia anche nella fondazione diagnostica della realtà schizofrenica attraverso la funzione conoscitiva dei sentimenti e delle emozioni in senso scheleriano. La diagnosi effettuata attraverso questo tipo di approccio legato alle funzioni intuitive/emozionali consente di cogliere la persona nella sua unitarietà e globalità prima di ogni sua disaggregazione in "parti" e "sintomi" che danno un'immagine astratta e superficiale della schizofrenia.

Da qui emerge chiaramente che il "sentire" del counselor filosofico, nella più remota possibilità dello sviluppo di un'esperienza psicotica, può spianare la strada alla conoscenza clinica e quindi alla diagnosi di un eventuale disturbo psichico al suo esordio.

Nell'esperienza raccontatami da Paola, la mia consultante già in cura psichiatrica al momento del nostro percorso, si intuisce un passaggio da uno stato di esperienza

“normale” ad uno delirante in termini di percezione, così come Binswanger analizza fenomenologicamente nel suo libro *Delirio*: nel modo di essere fenomenologico di Paola nell'ultimo periodo prima del ricovero, il suo corpo non le apparteneva più («Vivevo alla stregua di un robot e non sentivo più l'appetito»), questo significa che la donna non ha più propri pensieri: i suoi pensieri sono pensieri altrui e quindi non sono più autentici.

Il normale fluire della temporalità non scorre più ma è irrigidito e il trascendente (ciò che è fuori di sé) non ha più alcuna possibilità di divenire immanente: «Era come se fossi uscita da me stessa». Un altro tema che emerge dal caso di Paola è quello dell'“alienazione”, che in termini fenomenologici si potrebbe considerare in questo modo come un'alterazione del sistema costitutivo dell'ego: «Per ego, anche per ego puro, si deve intendere non tanto uno strato separato dal soggetto trascendentale e dall'io psicologico, quanto piuttosto un elemento che va visto sempre in unità con essi, in unità vivente e perfino, come sappiamo, corporea».<sup>15</sup>

All'interno di una lettura del delirio di questo tipo, della sua genesi e della sua comprensibilità (come pure la sua incomprensibilità) si entra in un'immediata collisione con la concezione più riduzionistica di delirio inteso come esperienza destituita di comprensione e tematizzato come un precipitare in uno stato di deprivazione di significato.

Anche nella concezione del delirio, si coglie in Binswanger un'impostazione radicalmente diversa con cui ci si avvicina all'essenza del delirio e del delirare in termini filosofici fenomenologici, superando ciò che abbia a significare una continuità con quella che è la *forma* esplicitata nella relazione fra l'“io” e il “mondo”.

---

<sup>15</sup>L. Binswanger, *Delirio. Antropoanalisi e fenomenologia*, Marsilio, Venezia 1990, pp. 136-37.

Egli giunge in questo modo alla conclusione che la comprensione “statica” dei modi psicotici di esistenza non era sufficiente, in quanto risulta indispensabile per lui avviarsi e accedere alla comprensione della genesi dei mondi psicotici e quindi alla comprensione dei modi con cui questi mondi si sono costituiti.

Come ha sottolineato Borgna, citando la Fenomenologia di Spiegelberg, nell'Introduzione a *Delirio*: «La teoria husserliana della costituzione trascendentale si trasforma ora in uno strumento concettuale per la comprensione del punto di partenza, e della divaricazione, del mondo psicotico da quello normale».<sup>16</sup>

E ancora, nel citare Cargnello in *Alterità e alienità*, «la dottrina dell'intenzionalità nell'accezione tanto più ampia di Husserl gli ha dischiuso la possibilità di comprendere intimamente in che cosa consista quello scacco dell'articolazione interumana, di cogliere l'essenza di quel distorto, fallito, inadeguato, inautentico, pseudo, ecc. contatto cogli altri nel cui segno si rivela l'alienità e che addita il momento difettivo del suo costituirsi».<sup>17</sup>

In una situazione di vita in cui gli elementi disturbanti per il suo equilibrio emotivo sono molteplici, situazione familiare opprimente, rapporto con i genitori pessimo, relazione sentimentale travagliata, Paola è riuscita a trovare delle possibilità che la aprissero a nuove forme di esistenza possibili.

## Conclusioni

Il counselor filosofico dovrebbe avere la capacità di prestare cura alla vita degli altri immaginando una varietà di differenti questioni complesse attraverso l'“anamnesi”

---

<sup>16</sup>:*Ivi*, p. XVIII.

<sup>17</sup>:*Ibidem*.

fenomenologica dei racconti e delle emozioni di un'esistenza umana mentre questa si "dispiega", e di comprendere quindi le storie umane non solo come un semplice aggregato di dati. «È la capacità di sentire qualcosa *statu nascendi*, e di sintonizzarsi con essa prima ancora che sia resa possibile ogni tipo di conoscenza da manuale. Troppo spesso attribuiamo i fallimenti clinici alla mancanza di *compliance* del paziente. In verità, la *compliance*, come la flessibilità e la plasticità, è richiesta al clinico perché si possa avvicinare al paziente senza finire per essergli troppo vicino o distante».<sup>18</sup>

Nella fase precoce di un disturbo psichico nascente, gli individui possono comunicare delle alterazioni nel loro sentire esistenziale nei termini di una relazione con il mondo per così dire "alterata" così come Paola, la mia consultante, ha raccontato di percepire. Questi vissuti non possono essere facilmente analizzati e scandagliati da un punto di vista strettamente clinico e possono diventare motivo di non collaborazione, da parte dell'assistito, se il medico curante tenta di ridurre i loro racconti a sintomi di una malattia e quindi deprivati di una loro umana singolarità non suscettibile di un'oggettivazione.

Paola, in questa fase critica della sua esistenza, aveva sia l'esigenza di alleviare quel senso di malessere che le scaturiva dal suo profondo disagio esistenziale, ma anche e soprattutto di dare un significato al proprio disturbo nelle sue singolari manifestazioni ed espressioni.

Si auspica quindi una "vitalizzazione" della filosofia, nel senso della sua capacità di cogliere l'indicibile e l'invisibile della sofferenza umana, così come è stato teorizzato dagli esponenti della psichiatria fenomenologica.

---

<sup>18</sup>N. Andersch e J. Cutting, *Schizofrenia e malinconia*, Giovanni Fioriti Editore, Roma 2012, p. 5.



Operare una riorganizzazione, un riordinamento mentale è già un'opera di prevenzione possibile nel predelirio (*Wahnstimmung*) in quanto questo costituisce uno stato di disequilibrio generale che tuttavia non è ancora scoppiato nella patologia. È come se la follia umana, *mutatis mutandis*, potesse ingabbiarsi in queste forme pure o apriori dello spirito che si disincarna, o della materia che si despiritualizza.

In questo cammino misterioso dell'utopia, come viene spesso considerato questo approccio fenomenologico-esistenzialista, si persegue il tentativo di elaborare un pensiero che non sia gelido come tende ad essere quello della psichiatria organicistica riduzionistica che guarda solo agli psicofarmaci come all'unica zattera salvifica, ma che si mantenga sempre viva questa continua associazione ad un pensiero leopardianamente emozionale di cui la disperazione e la solitudine di un malato si fa carico.

## **Bibliografia**

Andersch N. e Cutting J., *Schizofrenia e malinconia, Implicazioni psicopatologiche e filosofiche*, Giovanni Fioriti Editore, Roma 2012

Andreoli V., *Essere e destino*, Marsilio, Venezia 2018

Berra L., *Angoscia Esistenziale*, Isfipp Edizioni, Torino 2017

Berra L., *La dimensione depressiva*, Libreria Universitaria, Padova 2018

Binswanger L., *Delirio. Antropoanalisi e fenomenologia*, Marsilio, Venezia 1990

Borgna E., *La fragilità che è in noi*, Einaudi, Torino 2014

Heidegger M., *Essere e tempo*, Longanesi, Milano 2018

May R., *L'arte del Counseling*, Casa Editrice Astrolabio, Roma 1991

Mortari L., *Filosofia della cura*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2015