



La SIPG racconta: la storia della psicoterapia della Gestalt italiana.

Riccardo Zerbetto e CSTG*

SIPG Recounts: The History of Italian Gestalt Psychotherapy.
Riccardo Zerbetto and CSTG

Riccardo Zerbetto ** e Monica Pincioli ***

*[Ricevuto il 30 settembre 2025
Accettato per la stampa il 17 novembre 2025]*

Abstract

The article presents a reworking of the interview with Dr. Riccardo Zerbetto, conducted in January 2025 as part of the series “SIPG recounts: The history of Italian Gestalt psychotherapy”. The text offers a significant contribution to the reconstruction of the origins and developments of Gestalt psychotherapy in the Italian context, outlining Zerbetto’s pioneering role in the dissemination of the “West Coast” approach and its application to the contexts of addiction and public health.

Through a journey that intertwines clinical experience, social commitment, and epistemological reflection, the foundations of a Gestalt perspective emerge, understood as a humanistic, phenomenological, and existential practice, in dialogue with contemporary cultural and scientific transformations.

The interview also explores the author’s most recent research directions, which include the comparison between psychotherapy and quantum physics, the exploration of the connection between myth and psyche, and the enhancement of the poetic dimension as a path to knowledge and healing.

* L’articolo è stato realizzato senza nessun finanziamento.

Relazione presentata all’incontro *online* “La SIPG racconta la storia della psicoterapia della Gestalt italiana” 28 gennaio 2025.

** CSTG – Centro Studi di Terapia della Gestalt, Via Saverio Mercadante 8, 20129 Milano. E-mail: r.zerbetto@cstg.it; Sito: <https://www.cstg.it/>

*** Istituto di Gestalt HCC Italy, Via S. Sebastiano 38, 96100 Siracusa. E-mail: drpinci-roli@gmail.com

Note biografiche degli autori in fondo al saggio.

Quaderni di Gestalt (ISSNe 2035-6994), XXXVIII, n. 2/2025
DOI: 10.3280/qg2025-2oa21396

As a whole, the text offers a vision of Gestalt therapy as an open and integrative approach, capable of combining symbolic depth and experiential vitality, in a perspective that Zerbetto himself defines as “archetypal Gestalt”.

Keywords: History of Gestalt, training, professional growth, psychotherapy.

Riassunto

L’articolo presenta una rielaborazione dell’intervista al dott. Riccardo Zerbetto, condotta nel gennaio 2025 nell’ambito del ciclo “La SIPG racconta: la storia della psicoterapia della Gestalt italiana”. La testimonianza offre un contributo significativo alla ricostruzione delle origini e degli sviluppi della psicoterapia della Gestalt nel contesto italiano, delineando il ruolo pionieristico di Zerbetto nella diffusione dell’approccio “della West Coast” e nella sua applicazione ai contesti delle dipendenze e della salute pubblica.

Attraverso un percorso che intreccia esperienza clinica, impegno sociale e riflessione epistemologica, emergono i fondamenti di una prospettiva gestaltica intesa come pratica umanistica, fenomenologica ed esistenziale, in dialogo con le trasformazioni culturali e scientifiche contemporanee.

L’intervista approfondisce inoltre le più recenti direzioni di ricerca dell’autore, che includono il confronto tra psicoterapia e fisica quantistica, l’esplorazione del nesso tra mito e psiche e la valorizzazione della dimensione poetica come via di conoscenza e di cura.

Nel suo insieme, il testo propone una visione della Gestalt therapy come approccio aperto e integrativo, capace di coniugare profondità simbolica e vitalità esperienziale, in una prospettiva che Zerbetto stesso definisce di “Gestalt archetipica”.

Parole chiave: Storia della Gestalt, formazione, crescita professionale, psicoterapia.

Introduzione

Il saggio che qui viene proposto è l’elaborazione della video-intervista al dott. Riccardo Zerbetto che la Società Italiana di Psicoterapia della Gestalt ha avuto il piacere di ospitare nella serata del 28 gennaio 2025 all’interno della serie di interviste “La SIPG racconta: la storia della psicoterapia della Gestalt italiana”.

Riccardo Zerbetto ci ha accompagnato in un viaggio affascinante a partire dal suo incontro con la Gestalt della West Coast: l’incontro con alcuni allievi di Fritz Perls e con la cultura del loro tempo. Una Gestalt radicata nella corporeità, nella consapevolezza, nelle pratiche meditative buddiste e nella forza del lavoro di gruppo.

Riccardo, testimone di un certo modo di lavorare soprattutto nel campo delle tossicodipendenze, ha portato in Italia grandi novità che hanno modificato e arricchito i luoghi e i metodi dei percorsi terapeutici con le tossicodipendenze. In questo senso, il nostro ospite ci ha mostrato

come il lavoro terapeutico abbia un impatto sulla vita sociale e come possa esserci un costante dialogo tra individuo e società e viceversa.

Non mancano ricordi personali e generosi affondi sui suoi interessi di studio che riguardano la mitologia e la poesia *haiku* che Riccardo ha integrato nel lavoro terapeutico.

Monica Pincioli

Monica Pincioli (MP): Per questo secondo incontro del ciclo “La SIPG racconta la storia della psicoterapia della Gestalt italiana”, diamo il benvenuto al nostro ospite Riccardo Zerbetto. Medico, psichiatra infantile e per adulti, psicoterapeuta con formazione analitica, relazionale e della Gestalt. Direttore del Centro Studi di Terapia della Gestalt (CSTG), co-fondatore e past-president della Federazione Italiana Scuole e Istituti di Gestalt (FISIG) e della Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP). E molto altro ancora che scopriremo durante questa intervista.

Dalla tua biografia si evince che hai molte formazioni diverse analitica, analisi reichiana, sistematica; quando invece hai incontrato la Gestalt? Come? Quali sono stati i tuoi maestri? So che hai avuto un rapporto intenso con Barrie Simmons, Isha Bloomberg, Claudio Naranjo. Mi piace andare alle origini del tuo incontro con la Gestalt. Cosa ti ha incuriosito di questo approccio?

Riccardo Zerbetto (RZ): Me lo sono chiesto anch’io e, francamente, faccio fatica a cogliere da dove è arrivato il trasporto per questa parolina magica. Credo di averla un po’ scoperta negli Stati Uniti, dove mi sono recato per alcuni mesi per studiare i sistemi di cura per le tossicodipendenze. Nel comune di Roma avevamo avviato, con alcuni colleghi, il Centro per le Malattie Sociali dove avevamo iniziato a somministrare il metadone quando ancora in Italia era usato esclusivamente come analgesico, mentre negli Stati Uniti ne era cominciato l’uso come terapia sostitutiva nel trattamento delle dipendenze da oppiacei. Lì ho visitato le comunità terapeutiche per i tossicodipendenti e poi ne ho fondate anch’io per il comune di Roma, quella di Città della Pieve e di Massimina, dove ho fatto da supervisore per molti anni. Negli Stati Uniti, tra gli approcci più innovativi per la cura delle tossicodipendenze resistenti alle terapie tradizionali, ho incontrato il modello gestaltico che mi ha incuriosito e che, successivamente, ho contribuito a portare in Italia. Avevo già fatto delle esperienze di tipo psicoanalitico e un *training* completo nell’approccio

sistemico-relazionale con Camillo Loriedo quando poi ho incontrato Barrie Simmons, uno dei pionieri della Gestalt in Italia. È stata un'esperienza molto forte. Chi ha conosciuto Barrie sa che era un personaggio assolutamente unico sia per la mole fisica che per tanti aspetti della sua personalità. L'intensità lo accompagnava in ogni sua parola, in ogni suo gesto. Devo dire che è stato un grandissimo maestro. Non aveva un *pedigree* particolare nella sua formazione, ma era un gestaltista allo stato puro e nella sua forma radicale. Come sapete, esistono la Gestalt della East Coast e la Gestalt della West Coast; quella di Barrie era una Gestalt della "Far West Coast", nel senso che il suo stile formativo era molto originale: si svolgeva nei luoghi più improbabili come un albergo, una casa di uno degli allievi, un *camping*. Quindi anche il contesto, nel rapporto organismo-ambiente, era spesso mutevole. Lui aveva un bello studio, con oggetti della tradizione tibetana di cui era un profondissimo conoscitore. Barrie è stato anche ospite nel mio studio quando ho lasciato Roma. Ho avuto una relazione intensa con questo maestro, il quale però era allergico alle forme associative. Più volte lo stimolai a costruire forme di aggregazione della comunità gestaltica ma non era nelle sue corde. Poi Barrie è andato via da Roma e io mi sono trasferito in Toscana, avviando la formazione prima a Siena e poi a Milano. Nei *Quaderni di Gestalt*, Margherita Spagnuolo Lobb, che ringrazio per avermi invitato, mi chiese di scrivere un ricordo di Barrie Simmons. Il lavoro di Barrie Simmons meriterebbe una giornata di studi con tutti coloro che si sono formati con lui come Antonio Ferrara, Anna Ravenna e Paolo Quattrini.

Quando mi sono trasferito a vivere e a lavorare in un ospedale psichiatrico a Siena, ho avuto la fortuna di incontrare Isha Bloomberg che aveva avviato un programma di *Training for trainers* a Fonterutoli, nel Chianti. Isha aveva conosciuto Perls personalmente e aveva fondato il primo centro di Gestalt a San Francisco. Isha ha raccolto molto dal contatto diretto con il nostro fondatore. Era un personaggio anche lui molto particolare. Il fulcro della sua pratica clinica erano le funzioni del Sé (l'egotismo, la proiezione ecc.): focalizzava continuamente le funzioni in modo molto puntuale. Era un profondo cultore di pratiche meditative. Viveva in un luogo molto "primitivo" nel Chianti dove non c'era luce elettrica, viveva in modo molto spartano nella totale immersione della bella natura toscana. Aveva avviato una formazione per formatori alla quale partecipavano colleghi provenienti da tutta Europa e non solo.

Questi *training* erano organizzati in seminari residenziali che erano spesso molto animati.

Successivamente, attraverso Barrie Simmons, che per primo lo invitò in Italia, ho incontrato Claudio Naranjo che poi ho frequentato anche in

Spagna dove Naranjo si recava su invito di Antonio Asin e Paco Penarrubia ai quali si deve, insieme ad altri, la nascita dell'Associazione Spagnola di Gestalt. In quell'occasione ho partecipato al primo SAT (*Seekers After Truth*), una forma di incontri intensivi che avvenivano nel deserto di Almeria (in Andalusia), un paesaggio surreale dove il regista Sergio Leone ha girato i suoi film *western*. Qui, un collega gestaltista spagnolo, diventato molto ricco per aver introdotto la psicologia in azienda, aveva comprato una grande tenuta dove aveva creato costruzioni originali, che rendevano il paesaggio un po' lunare. Ci incontravamo lì per tutto il mese di agosto: era un'esperienza un po' estrema in cui si integravano elementi delle pratiche meditative buddista e tibetana, i movimenti di Georges Gurdjieff nel contesto degli insegnamenti della "Quarta Via", e il *body-work*. Ogni anno Naranjo proponeva un tema mitologico, di cui era un profondo conoscitore, come quello di Gilgameš, di Odisseo, del Faust, sviluppando gli aspetti sapienziali ed esoterici del mito. Claudio era un musicista, un compositore, quindi vi erano momenti artistici e meditativi molto interessanti oltre all'insegnamento dell'enneagramma, che Claudio aveva sviluppato a partire dalla tradizione *sufi* che raccoglie anche la tradizione sui peccati capitali; secondo l'enneagramma sviluppiamo delle modalità caratteriali che poi si cristallizzano, condizionando la nostra modalità di pensiero, di vissuto emozionale e di relazione: per primo Claudio Naranjo codificò le strutture enneatipiche. Claudio aveva studiato presso la clinica psichiatrica dell'università di Santiago nel Cile e si era dedicato allo studio delle varie teorie della personalità che poté mettere a confronto con questa tradizione sapienziale che sino ad allora era stata di carattere esoterico. Ne è derivato uno strumento interessante che non ha soltanto una funzione diagnostica, ma offre degli strumenti di autoanalisi, di autoesplorazione e di percorso attraverso cui la persona può lavorare sulla propria struttura di personalità. Ho accompagnato Claudio come allievo e poi come collaboratore per trentacinque anni, anche se con elementi di distinguo perché lui aveva avuto un percorso evolutivo in cui, per certi aspetti, si era discostato dalla Gestalt: per esempio non amava alcuni aspetti della teoria del sé, mentre io sono rimasto molto legato all'impostazione di Perls per questi aspetti. Pertanto, negli ultimi anni non sono più stato all'interno del gruppo ristretto di coloro che hanno portato avanti il SAT, ma non ho mai mancato di essere presente ai suoi appuntamenti con le persone più vicine che lo avevano accompagnato, anche con esperienze molto particolari. Naranjo, essendo cileno, aveva assorbito e approfondito la cultura sciamanica. Arrivò a Esalen, dove viveva Perls, assieme a Carlos Castaneda, scrittore e autore di libri che narrano le vicende di *Don Juan* – uno stregone di un grande spessore teorico – e importò la cultura

sciamanica, in qualche caso anche invitando personaggi dal Brasile per cerimonie con l'*ayahuasca*, che a quel tempo era una sostanza relativamente consentita. Adesso c'è stata una restrizione sul suo uso, ma il suo utilizzo permetteva di accedere ad esperienze di grande apertura percepitiva e coscienziale. Sono esperienze difficili da descrivere se non se ne è avuta una personale.

Scegliere la Gestalt è stata una scelta coraggiosa da parte mia: pur avendo fatto un training di psicoterapia relazionale ed ericksoniana con Camillo Loriedo, ho fatto una scelta di fondo cogliendo l'essenza della "terza via" rappresentata della Gestalt come approccio umanistico-esistenziale, non solo perché non è né psicoanalisi né comportamentismo né cognitivismo, ma perché si pone in questa dimensione tra il "vissuto" e "l'agito", al "confine di contatto" tra mondo esterno e mondo interno.

È un'epistemologia che ci colloca, in modo essenziale, dove siamo. Siamo al confine tra mondo interno (i nostri vissuti emozionali e corporei) e un ambiente con cui non possiamo non interagire, nel senso che, contrariamente al *Cogito ergo sum*, il mio essere non è soltanto un atto di pensiero mentale e psicologico, ma ha un corpo e questo, inevitabilmente, si declina nello spazio e nel tempo. L'essere nel *qui e ora*, *Da-sein* come dice Heidegger, significa esser-ci nello spazio-tempo e quindi anche corpo che non è una interferenza con la fallace ambizione di essere solo "psyche-anima". Un corpo, tuttavia, che non è il corpo che ho, il *Körper*, ma il *Leib*, il corpo che sono. Noi gestaltisti usiamo più la parola consapevolezza che coscienza perché il nostro esser-ci non è solo un fatto mentale ma psico-corporeo che dobbiamo considerare nella sua interezza essendo fatti di materia-energia, come ci ha dimostrato anche Einstein. Un tema, quello della *Quantum physics and psychology*, sul quale da cinque anni il Centro Studi Terapia della Gestalt (CSTG) organizza (presso la sede residenziale di Noceto in Toscana) degli incontri di *Summer School* esplorando quell'*overlapping* tra fisica e metafisica, come direbbe Aristotele.

Lo stesso Perls in *In and Out the Garbage Pail* (1969) si chiede esplicitamente "*Gestalt! Come posso dire che la Gestalt non è solo un altro concetto fabbricato dall'uomo? Come posso dire che la Gestalt è, e non solo per la psicologia, qualcosa che è inerente alla natura?*". Cito a memoria perché mi ha molto intrigato che il padre della Gestalt si chiedesse cosa fosse la Gestalt stessa. Di questo ho fatto l'oggetto di un mio articolo pubblicato su Monografie di Gestalt qualche anno fa.

MP: Delle cose che hai detto mi ha colpito il fatto che uno dei tuoi maestri, Barrie Simmons, era "allergico" alle forme associative, mentre

tu hai costituito il CSTG – all'inizio un gruppo culturale, che successivamente è stato approvato dal MIUR come istituto di formazione – e sei tra i fondatori di FISIG e di FIAP. Mi chiedo perché fosse importante costituirsi come gruppo, di cosa c'era bisogno per i gestaltisti italiani che avevano conosciuto i diretti discendenti o allievi di Perls e dei fondatori. Che cosa vi sembrava di aver intercettato come bisogno? Stavo pensando che anche noi siamo un'associazione di gestaltisti e il senso del lavorare in gruppo, di avere un gruppo, lo sento come una ricchezza. Mi interessa il tuo punto di vista e anche quello storico.

RZ: Può sembrare una contraddizione perché la Gestalt che io ho appreso da Barrie Simmons, dicevamo, era quella del Far West. Tuttavia, io ho anche un'anima istituzionale. Non a caso ho cercato di modificare la legge sulle tossicodipendenze e, in particolare, ho collaborato alla stesura del decreto ministeriale dove è scritto *“le USL individuano i servizi di diagnosi e trattamento delle tossicodipendenze”*. I SerT (allora Centri Medici di Assistenza Sociale CMAS) sono nati con un decreto del 1980 che ho scritto di mio pugno in quanto ero, allora, consulente del Ministro della Sanità, ai tempi di Aldo Aniasi. Prescrivere un narcotico come il metadone quando non era previsto dal foglietto illustrativo significava prendersi un certo rischio, era necessario mettere a norma questa prassi – di cui avevo visto l'utilizzo negli Stati Uniti – e si rendeva quindi necessario un cambiamento della legge. Ritengo che le leggi non vadano solo subite, ma si possano anche cambiare, anche se non è sempre facile. In effetti ci fu un'opposizione terribile, ad esempio da parte del mondo cattolico: mi ricordo che il Papa promosse un congresso di medici cattolici che contestavano *“l'uso della droga per curare i drogati”*. Questa posizione è anche comprensibile. Allora venivano viste, come uniche forme di cura, le disintossicazioni ospedaliere o le comunità terapeutiche come San Patrignano o quelle gestite da religiosi. Ora sappiamo bene che le comunità terapeutiche restano importanti ma che la gran parte del trattamento di primo aggancio che viene fatto nei SerT è il metadone, grazie al quale sono diminuite le morti da *overdose*, malattie virali come le epatiti, e molti crimini commessi per procurarsi una dose. Il metadone effettivamente ha cambiato totalmente lo scenario della droga, pur riconoscendo che deve essere una soluzione di passaggio, perché è solo un narcotico sostitutivo.

Anche la legge Basaglia ha contribuito a creare in me la consapevolezza che, al di là del lavoro nei nostri studi, noi psicoterapeuti possiamo essere soggetti di potenziale cambiamento sociale. C'è chi sente di più questo richiamo e chi lo sente di meno. Io ho avuto un modesto impegno

anche in politica. L'essere socialista a quel tempo – quando esisteva il socialismo – è stato un viatico per arrivare ad essere consulente del Ministero della Sanità. Per me è importante poter dare un contributo alla società in senso ampio. In ambito legislativo, rispetto alla salute mentale, ci sono temi molto complessi, come il TSO (Trattamento Sanitario Obbligatorio) o il ruolo dell'amministratore di sostegno: sono questioni complicate sulle quali è importante che qualcuno non disdegni di rimboccarsi le maniche. In merito a questo, molto recentemente ho partecipato all'elaborazione di una legge sul gioco d'azzardo che non è mai stata approvata. Trovo scandaloso che sia stato sciolto l'Osservatorio Nazionale sul gioco d'azzardo, poiché ritengo che servano delle leggi nazionali per contrastare il fenomeno delle dipendenze.

Nel 1982 ho fondato il Centro Studi Terapia della Gestalt (CSTG), una Associazione con finalità culturali e scientifiche che nel 1998 fu riconosciuta come scuola di specializzazione dal MIUR.

Ho scelto Milano come sede, nonostante il primo nucleo formativo fosse nato in Toscana, a Siena, dove vivevo. Adesso abbiamo anche la sede di Bolzano. Sono sedi ancora piccole nate dall'interesse di alcuni colleghi con cui facciamo un lavoro artigianale. Ho anche pubblicato, ma sono un po' dispersivo. Non sono poi così conosciuto, anche perché ho mantenuto il mio livello di interesse in ambito psichiatrico.

Attualmente sono abbastanza impegnato in programmi di de-prescrizione da psicofarmaci (faccio parte dell'*International Institute for Psychiatric Drug Withdrawal*) e sono tornato a dedicarmi molto sia alle dipendenze, fondando delle comunità terapeutiche del comune di Roma, che alla psicoterapia.

Ho introdotto un programma per il trattamento del gioco d'azzardo con moduli intensivi di 21 giorni, che è stato prima finanziato come programma sperimentale dalla regione Toscana per 11 anni a partire dal 2007 e che ora risulta “autorizzato” ed esteso anche ad altre dipendenze comportamentali o da farmaci (esclusi i narcotici), compresi gli psicofarmaci.

Si dice che abbiamo “smontato” i manicomì, le mura, i cancelli di ferro, salvo aver poi creato dei manicomì chimici dai quali è molto più difficile uscire perché lo psicofarmaco è insidioso: le persone sembrano *zombie*. Con la complicità di operatori e familiari, spesso spaventati da alcuni aspetti della follia, si tende ad utilizzare i farmaci al di là delle situazioni sintomatiche che lo legittimano, rendendo le terapie farmacologiche *sine die* e con aumento di dosaggi per via della assuefazione. Questa situazione sembra nascere da un mix di timori e complicità che fanno sì che spesso ci si trovi di fronte a fenomeni di *over-prescription* sia di sedativi e tranquillanti come di antidepressivi e neurolettici. Chiaramente

la diminuzione di farmaci è una procedura che deve essere seguita con grande attenzione e gradualità.

Nel 1989 con i colleghi Antonio Ferrara, Paolo Quattrini, Margherita Spagnuolo Lobb, Anna Fabbrini, Filippo Rametta, Edoardo Giusti, Stefano Crispino e Giovanni Ariano abbiamo anche costituito il primo nucleo della FISIG (Federazione Italiana Scuole e Istituti di Gestalt), che poi adesso si è ampliato fino a comprendere tredici scuole associate.

Intorno alla fine degli anni '90, ho lavorato per due anni alla costituzione della FIAP, cioè la Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia. La Federazione è stata una grande innovazione perché i diversi indirizzi, per esempio psicoanalisti e comportamentismo, erano come Don Camillo e l'onorevole Peppone: due mondi completamente distanti e tradizionalmente poco comunicanti. Attraverso la FISIG ebbi la delega a partecipare ai convegni dell'*European Association for Psychotherapy* (EAP) rappresentando l'Italia. La EAP, di cui sono stato presidente, è una grande associazione europea alla quale partecipano adesso più di trentacinque Paesi a seguito dell'ingresso dei Paesi dell'Est. È stata un'esperienza molto interessante.

Come presidente della FIAP ho organizzato il congresso di Roma del 1997, dando come titolo *Common Grounds and Different Approaches in Psychotherapies* i cui atti "Fondamenti comuni e diversità di approccio in psicoterapia", editi da FrancoAngeli, sono ancora in commercio. Nel testo sono raccolti 12 grandi orientamenti psicoterapeutici, con l'intento di far emergere cosa li accomuna nella salvaguardia di una diversità epistemologica e metodologica di applicazione. Credo che ora sia un concetto importante e condiviso, però non è stato facile mettere insieme scuole con indirizzo differente. Ci ho lavorato per due anni, era diventata una specie di ossessione. Inizialmente hanno evitato di aderire solo gli psicoanalisti ortodossi poiché rimasti legati all'idea della psicoanalisi come qualcosa di diverso rispetto alle altre forme di psicoterapia, cosa che, inizialmente, ha creato loro qualche problema rispetto al riconoscimento legale. Con Camillo Loriedo (Scuola Italiana di Ipnosi e Psicoterapia Ericksoniana di Roma) e Lorenzo Cionini, (CESIPc Centro Studi in Psicoterapia Cognitiva di Firenze) scrivendo lo statuto della FIAP, abbiamo previsto aree e indirizzi per gli orientamenti: ci sono l'area psicodinamica, l'area cognitiva, l'area relazionale, l'area umanistica e quella integrativa e all'interno di ogni area ci sono gli indirizzi. Sempre all'interno della EAP ho coordinato il *Validation Subcommittee*, in cui erano stati censiti più di trecento orientamenti di psicoterapia nel mondo. Erano troppi e, dovendo organizzare il convegno in Italia, ci eravamo chiesti

quali rappresentanti invitare. All'interno di questa elaborazione venne introdotto il termine *validation* al fine di individuare gli orientamenti che avevano trovato una forma di riconoscimento pragmatico e che avessero degli istituti di formazione in quell'indirizzo. Sono emersi dodici orientamenti fondamentali, tra i quali compare anche la Gestalt. Per ogni orientamento ho chiesto un contributo ai rappresentanti più significativi sia a livello nazionale che europeo. Per la Gestalt Margherita Spagnuolo Lobb ha accettato di condividere la stesura del capitolo sull'approccio gestaltico. Non è stato semplicissimo ma abbiamo trovato una modalità che consentisse di far emergere sia posizioni condivise che alcune differenziazioni su alcuni punti. Una cosa interessante è che da questa ricerca, coordinata da Digby Tantam direttore del United Kingdom Council for Psychotherapy, venne fuori che la Gestalt era al terzo posto a livello di rappresentatività in Europa tra gli indirizzi prescelti, grazie anche alla sua enorme diffusione nei Paesi dell'Est. Ciò che viene certamente riconosciuto alla Gestalt è l'efficacia delle sue tecniche, spesso "rubacchiate" da altri approcci, facendone perdere il collegamento con l'epistemologia della Gestalt. Spesso purtroppo si vedono soltanto gli aspetti applicativi metodologici, ma non l'impianto epistemologico che, come diceva Perls, sta in piedi sulle sue gambe, e non è un mero riflesso di un orientamento filosofico.

MP: Trovo molto interessante ciò che stavi dicendo rispetto al fatto che, nel tuo lavoro sugli indirizzi fondamentali della psicoterapia, la Gestalt è al terzo posto. Io non conosco la Gestalt da tanto tempo, però mi rendo conto che sono sempre l'unica gestaltica nei luoghi dove lavoro, mentre ci sono cinque/sei cognitivo-comportamentali, costruttivisti, dinamici, quindi mi colpisce molto questa rilevazione che hai fatto e che metteva la Gestalt al terzo posto come rappresentatività.

Poiché il tempo a nostra disposizione volge al termine vorrei farti un'ultima domanda prima di lasciare spazio anche ai colleghi. Nella conversazione che abbiamo avuto di pre-contatto, mi hai detto che hai una grande passione per la mitologia e la poesia *haiku*. Come integri questa tua passione, che hai molto approfondito, con il lavoro gestaltico, con il lavoro con i tuoi pazienti e con i tuoi allievi?

RZ: Grazie per questa domanda. In effetti ho avuto la fortuna di trovare, in James Hillman, una ricongiunzione tra i miei due amori, la psicoterapia e la mitologia, che portavo avanti in modo parallelo e che felicemente si sono incontrati. A dire il vero, già Freud cita Edipo duecento-

sessantacinque volte nelle sue opere e fa ruotare tutta la sua metapsicologia intorno al tema del complesso edipico, quindi, intorno ad una relazione triadica caratterizzata da uno sbilanciamento verso il materno, spesso tollerante e permissivo, e la presenza di un paterno o troppo autoritario, che quindi viene rifiutato, o debole, che quindi non svolge la sua funzione normativa di fornire regole e limiti.

Come dice Hillman, “la mitologia è stata la psicologia del mondo antico, così come la psicologia è la mitologia del mondo moderno”. Il CSTG promuove da cinque/sei anni delle giornate di studio su Mito e Psiche a Siracusa ospitati dall’INDA (Istituto Nazionale Dramma Antico), mettendo in relazione il tema evocato da una delle tragedie con una riflessione psicologica. Aristotele dice che la funzione della tragedia è la miseri e la catarsi, cioè il fatto che lo spettatore si identifichi nel personaggio e viva il tema che la tragedia propone. L’aspetto narrativo del mito non è freddo, non è un’elencazione di quadri diagnostici, come ad esempio fa il DSM, ma qualcosa che si sviluppa nel tempo: l’etichetta diagnostica stigmatizza e cristallizza il momento in cui la si riceve in un quadro statico; il mito, invece, evolve e prefigura quale può essere un possibile sviluppo.

Nella Grecia antica, la rappresentazione del mito, era una sorta di psicoanalisi collettiva. Inoltre, la messa in scena della tragedia veniva pagata dallo Stato. Nel nostro tempo solo da poco si prende in considerazione che il cittadino possa avere diritto a fare un lavoro di ricerca interiore.

Hai fatto riferimento a *haiku*, che è un componimento giapponese di tre versi che rappresenta un grande esercizio di sintesi. L’*haiku* permette di cogliere un vissuto che, molto gestalticamente, mette in contatto mondo interno e mondo esterno. Ad esempio, una giornata nebbiosa in cui anch’io mi sento un po’ *foggy* mi porta istintivamente ad una corrispondenza tra il “dentro” e il “fuori”. Questo è uno spunto naturalistico, però evoca anche uno stato d’animo. Un vezzo che condivido nella mia pagina Facebook è quello di associare anche una immagine che nella tradizione giapponese viene definita *haiga*. Un tema, quello della *poiesis*, che annualmente, all’equinozio di primavera, cerchiamo di condividere.

MP: Mi piacerebbe ora lasciare un po’ di spazio alle domande del pubblico.

Domanda dal pubblico: Come integri la ricerca, l’indagine mitologica e gli archetipi con la Gestalt? Gli archetipi junghiani con la pratica gestaltica?

RZ: Come accennavo prima, ho coltivato questi interessi un po' in parallelo, però da sette anni, dopo aver fatto un'analisi freudiana e un lavoro relazionale, sono approdato a Jung che, con la sua ricerca simbolica, offre ricchezza, apertura e profondità. È sempre bello leggere le sue citazioni. Sono molto interessato alla sua apertura sul tema del sogno, che non è tanto rievocativo di un passato rimosso, come dice Freud, ma spesso è, secondo la grande tradizione antica, una anticipazione, una premonizione, a volte un messaggio degli Dei che ci giunge misteriosamente e che riguarda il dopo. Nel sogno emergono elementi del passato ma a volte esso crea delle simulazioni, ci offre stimoli e provocazioni che ci proiettano in situazioni con le quali potremmo confrontarci. È l'aspetto entelechiale sottolineato da Jung e anche da Margherita Spagnuolo Lobb con il *now-for-next*. Se leggiamo quello che hanno scritto Perls e Jung sul sogno troviamo una curiosa identità. Sostanzialmente usano quasi le stesse parole. Io ho cercato di approfondire quanto l'uno sapesse dell'altro. Quando cita Jung, Perls lo fa in modo un po' critico sostenendo che Jung aveva troppo allargato il tema dell'inconscio collettivo. Apparentemente c'è una critica, di fatto però entrambi affermano che tutte le parti del sogno sono proiezioni di parti del sé e propongono un modo analogo di lavorare con i sogni.

Da anni sto esplorando la possibilità di sintesi per una "Gestalt archetipica" che includa i presupposti gestaltici del "qui ed ora" con il potenziale evocativo della costellazione archetipica ai quali rimanda. Sono da anni in analisi con l'analista junghiano, Romano Madera e ho anche conosciuto personalmente Aldo Carotenuto e ho scritto alcuni articoli per la rivista del Centro Studi di Letteratura e Psicologia.

Carotenuto ha scritto dei testi veramente meravigliosi. È il personaggio italiano più tradotto in altre lingue. Per me è un'occasione poter collaborare con il centro di Roma per sviluppare questo aspetto della Gestalt archetipica che integra l'approccio junghiano con quello di Perls.

Domanda dal pubblico: Ciao Riccardo, ti ringrazio per questo bagno nello sfondo che ci sostiene tutti, bellissimo e molto potente. Un po' richiamando l'immagine a te cara del tripode delfico, io mi chiedo: veniamo da questo passato, siamo in questo presente, come diceva Fritz: "So, what?". Qual è la tua visione prospettica? Cosa la Gestalt e noi gestaltisti possiamo portare nel campo per renderlo più umano, più fertile. Poiché il campo in cui viviamo è tremendo.

RZ: Sembra concordata questa cosa, ma giuro che non lo è. Mi fai una domanda la cui risposta potrebbe essere pericolosa poiché rischia di rinforzare un mio delirio di fondo. Ho scritto un articolo sulle competenze

dello psicoterapeuta gestaltico. All'interno della FIAP si è creato un grosso movimento in cui diversi orientamenti della psicoterapia hanno cercato di dire quali sono le competenze specifiche. Se un cittadino decide di fare una psicoterapia, non è facile scegliere con chi farla. Anche per uno psicologo non è facile scegliere la scuola dove specializzarsi. Per inciso, all'interno della FIAP, io coordino la commissione per il Registro Italiano degli Psicoterapeuti cercando di realizzare in Italia quello che in Inghilterra esiste da quarant'anni e cioè il fatto di avere un registro che permetta al cittadino di scegliere con chi fare il proprio percorso terapeutico a seconda del luogo dove abita o della problematica che porta.

In questo modo la persona può rivolgersi ad un professionista che possa corrispondere alle sue esigenze. Cosa contraddistingue dunque un terapeuta gestaltico? Io cito in questo senso una frase di Perls che, da una parte con umiltà e dall'altra parte con presunzione, dice: "La Gestalt è sempre esistita. Io non ho inventato niente". È come dire: "Ho colto degli elementi che sono strutturali alla realtà umana e psicologica". Quando Perls dice che non ha inventato niente e che la Gestalt è sempre esistita, ci invita ad andare all'essenza delle cose, senza teorizzazioni sovrastrutturali. Questa mi sembra una modalità che la Gestalt può mettere a fuoco ulteriormente, candidandosi effettivamente come paradigma di riferimento anche per altri orientamenti. In effetti non è casuale che attualmente anche altri approcci facciano riferimento alle tecniche della Gestalt (tecnica della sedia, il *continuum* di consapevolezza, ecc.). Recentemente ho interrogato anche l'intelligenza artificiale sugli effetti della psicopatologia e curiosamente, subito dopo l'approccio cognitivo comportamentale, che adesso va per la maggiore, si fa un riferimento esplicito molto consistente alle tecniche di intervento della Gestalt. Quindi la Gestalt non è più una Cenerentola tra i grandi orientamenti della psicoterapia. Nonostante il suo nome misterioso, in realtà la psicoterapia della Gestalt viene sempre più apprezzata e approfondita proprio per la capacità di concentrare la sua attenzione sugli elementi fondamentali del nostro "esser-ci".

Domanda dal pubblico: secondo lei, che differenza c'è tra effettuare psicoterapia ed effettuare azioni terapeutiche?

RZ: Un bel quesito. Diciamo che il termine "terapia" adesso si estende ad un orizzonte di pratiche e procedure che comprendono molte attività: c'è l'arte-terapia, c'è la tango-terapia, l'arte nell'espressione grafica, nella musica, la terapia del coltivare l'orto. Avevo scritto qualche cosa sulla *windsurf therapy*, quando avevo coltivato questa passione, perché stare in equilibrio tra forze contrastanti, può stimolare l'attivazione e la

gestione emotiva, strutturare i confini, aiutare a superare situazioni difficili. Quindi, la terapia può essere una pratica che giova alla crescita, alla consapevolezza, all'autoconoscenza e allo star bene. Tutto ciò che giova allo star bene può avere un aspetto terapeutico.

In realtà il significato etimologico di *therapeutes* in greco è “servitore degli dèi”. Nella concezione antica non onorare gli dèi ci esponeva a un disequilibrio. Prendiamo, ad esempio, la polarità apollineo-dionisiaca, che è quella che ho maggiormente esplorato nei miei scritti. Se io sono troppo “apollineo”, rischio di cadere in un perfezionismo rigido e rischio di diventare anche una persona molto giudicante, iraconda e intransigente. Simile ad un “Dio con il coltello in pugno” come lo definisce Marcel Detienne in un suo pregevole testo su Apollo (Detienne, 2002). Mentre se mi sposto verso la polarità opposta dell’essere dionisiaco, accolgo anche il divino, l’estasi, l’orgia sacra della mescolanza tra mondo animale e vegetale, umano e divino, quindi posso cadere anche nell’eccesso di chi beve troppo o si concede senza remore e senza controllo nel trascendimento estatico. Come dice anche Nietzsche nella *Nascita della tragedia* (Nietzsche, 1977) è necessario trovare un punto di equilibrio tra questi due principi, come ad esempio si ritrova nella musica, nella quale, gli elementi di ispirazione dionisiaca richiedono un lavoro apollineo sulla misura, sul perfezionamento di questo materiale affinché non resti grezzo. Quindi il lavoro terapeutico implica un lavoro sull’equilibrio tra le componenti fondamentali della polarità archetipica.

Domanda dal pubblico: Leggevo un testo in cui si parlava delle patologie dei terapeuti, in cui si sosteneva che in qualche modo esistessero tante psicopatologie tra i terapeuti quanti fossero quelle dei pazienti, come se ci fossero dei terapeuti narcisisti, dei terapeuti ossessivo-compulsivi, dei terapeuti isterici, ecc. Quindi volevo chiedere, a suo parere, quanto fossero importanti, in un rapporto psicoterapeutico, la personalità e l’intreccio tra il terapeuta e il paziente stesso.

RZ: Questa è una domandona in chiusura. Un padre della psicoanalisi italiana, Emilio Servadio, diceva che ci sono due tipi di pazienti: “quelli che dopo una terapia trovano un loro equilibrio ed altri che sono così gravi da dover diventare terapeuti, avendo così la possibilità di continuare a lavorare su se stessi attraverso il lavoro che fanno con i loro pazienti”. La terapia è un percorso dialogico-processuale tra i fenomeni molto complessi del *transfert*, del *controtransfert*, del “*transfert inverso*”, che attivano dinamiche in cui il terapeuta, se è consapevole, può cogliere anche

aspetti propri da rielaborare. In questo senso è molto interessante la meditazione interpersonale introdotta da Claudio Naranjo, che è proprio questo stare in silenzio uno di fronte all'altro, uno spazio-tempo in cui lasciare scorrere il flusso del pensiero, delle sensazioni e delle emozioni, e prendere coscienza di questo spazio di condivisione. E nella sua essenzialità, questo “*dasein nella reciprocità*” (*miteinander sein* in tedesco) fa emergere una serie di vissuti e pensieri di cui divenire testimoni consapevoli. Come sostiene Sri Aurobindo, non siamo noi a decidere cosa pensare ma “i pensieri ci pensano”. Noi siamo il cielo in cui si muovono le nuvole – metafora dei pensieri –, dobbiamo essere in grado di osservare i nostri pensieri per vedere se sono creativi, produttivi oppure inutili o dannosi. Quindi è importante cercare di pulire lo spazio della coscienza: per esempio questo succede quando con “i veli di Maya” deformiamo un po’ la percezione dell’altro perché riemergono anche dei nostri vissuti, che sono come degli occhiali con lenti colorate che ci fanno vedere la realtà con quel colore. Vi è un processo continuo di consapevolezza in cui anche il terapeuta è coinvolto; come diceva Jung, c’è una osmosi, un processo alchemico di due elementi che vengono in contatto, in cui anche il terapeuta non può rimanere come un osservatore asettico, anche se lo volesse. Il terapeuta stesso è nel processo interattivo.

L’incontro terapeutico è dunque un processo biunivoco, che non va solo in un senso, ma è un’interazione dialogico-processuale, in cui il terapeuta è coinvolto. Ovviamente è altrettanto importante custodire quel confine tra i due evitando che il contatto diventi con-fusivo e crei una interferenza al processo di individuazione.

MP: È giunto il momento di concludere il nostro incontro e non posso che ringraziare Riccardo anche per il bellissimo pre-contatto che abbiamo avuto. Incontrarlo più da vicino è stato emozionante e lo ringrazio, anche nome della SIPG, per la sua generosità.

Riccardo Zerbetto: Neuropsichiatra e psicoterapeuta, Direttore del Centro Studi di Terapia della Gestalt, riconosciuto dal MIUR con sedi a Milano, Siena e Bolzano. Già Presidente dell’Associazione Italiana di Psicologia Umanistica e Transpersonale, della EAP e della FISIG, promotore di EAP Italia e Socio Onorario FIAP. Co-fondatore e Past President di Alea e Direttore Scientifico di Orthos. Ha svolto incarichi di consulenza per enti pubblici e di insegnamento in Psicopatologia presso l’Università di Siena.

Monica Pincioli: psicologa, psicoterapeuta della Gestalt. Didatta dell’Istituto di Gestalt HCC Italy. Membro del Direttivo della Società Italiana di Gestalt (SIPG). Lavora come libera professionista.

BIBLIOGRAFIA

- Detienne M. (2002). *Apollo con il coltello in mano. Un approccio sperimentale al politeismo greco*. Milano: Adelphi.
- Freud S. (1928). *Dostoevskij e il parricidio*. Torino: Bollati Boringhieri, 1978.
- Hillman J. (1975). *Re-visioning Psychology*. New York, NY: Harper & Row (trad it.: *La re-visione della psicologia*. Milano: Adelphi 1979).
- Jung C.G., Pauli W. (2022) *Il carteggio originale: l'incontro tra Psiche e Materia*. Bergamo: Moretti e Vitali.
- Nietzsche F. (1977). *La nascita della tragedia*. Milano: Adelphi.
- Perls F. (1942). *Ego, Hunger and Aggression: A Revision of Freud's Theory and Method*. London, UK: George Allen & Unwin; New York, NY: Random House, 1969 (tr. it.: *L'Io, la fame e l'aggressività. L'opera di uno psicoanalista eretico che vide in anticipo i limiti fondamentali dell'opera di Freud*. Roma: Astrolabio, 1998).
- Perls F. (1969). *In and Out the Garbage Pail*, Moab, Utah: Real People Press (trad. it.: *Qui e ora. Psicoterapia autobiografica*. Roma: Sovera, 1991).
- Zerbetto R. (2008). Principi di Gestalt. In: Ferrara A., Spagnuolo Lobb M., a cura di, *Le voci della Gestalt: sviluppi e innovazioni di una psicoterapia*. Milano: FrancoAngeli.
- Zerbetto R. (2009). In ricordo di Barrie Simmons. *Quaderni di Gestalt*, 1: 127-134. DOI: 10.3280/GEST2009-001011
- Zerbetto R. (2010). West and East coasts: la formazione nella Gestalt terapia tra scienza ed esperienza. *Quaderni di Gestalt*, 3: 47-58. DOI: 10.3280/GEST2010-002004
- Zerbetto R. (2011). Il sogno, la Gestalt e gli Archetipi. In: Metzler D., a cura di, *Contributo a: Mazzo di fiori, Festshrift in onore di Herbert Hoffman*. Wiesbaden, DE: Verlag Franz Philipp Rutzen.
- Zerbetto R., a cura di (2014). *Fondamenti comuni e diversità di approccio in psicoterapia*. Milano: FrancoAngeli.