

“Recuperare l’umanità attraverso il senso del noi: la psicoterapia della Gestalt nella cura della sofferenza quotidiana”. Seminario internazionale con Carmen Vázquez Bandín

Rediscovering Humanity Through a Sense of Togetherness: Gestalt Psychotherapy in the Treatment of Everyday Suffering

Milano, 14-15 novembre 2025



Il mondo contemporaneo sembra attraversato da un paradosso: più siamo connessi tecnicamente, più ci sentiamo soli. Più abbiamo strumenti per “fare” e “comunicare”, più faticiamo a restare in contatto con noi stessi e con gli altri. In questo contesto, il seminario internazionale “Recuperare l’umanità attraverso il senso del noi” ha posto al centro dell’attenzione un tema cruciale per la clinica, la formazione e la vita sociale: il ritorno alla dimensione relazionale come via per comprendere e curare la sofferenza quotidiana.

Il seminario è stato condotto da Carmen Vázquez Bandín, psicologa e psicoterapeuta, fondatrice e direttrice del Centro de Terapia y Psicología (CTP), Madrid. Ha dialogato con lei Margherita Spagnuolo Lobb, psicologa, psicoterapeuta e direttrice dell’Istituto di Gestalt HCC Italy.

Il convegno si è aperto in un clima accogliente, caldo e vitale ed ha accolto un centinaio di terapeuti, sia italiani sia stranieri. Il carisma e l’energia di Carmen Vázquez Bandín hanno permesso una profonda riflessione sul ruolo della psicoterapia della Gestalt come lente capace di leggere la sofferenza non solo in quanto fenomeno individuale, ma anche come espressione del campo relazionale in cui il soggetto è immerso (Lewin, 1951). Per un terapeuta della Gestalt è fondamentale, oggi più che mai, ricordare l’importanza dell’esserci con l’altro in un tempo in cui ci si è dimenticati come essere pienamente umani. La psicoterapia della Gestalt diventa un modo di essere e stare nel mondo, che riconosce l’esperienza come fenomeno di campo co-creato tra persona, ambiente e relazione (Perls *et al.*, 1951). La sofferenza quotidiana trova terreno fertile in un Io che si chiude nell’individualismo e un “noi” che diventa forma vuota di collettività, facendo sperimentare isolamento, solitudine, difficoltà nell’incontrarsi e fragilità relazionale (Bauman, 2000).

La relazione di Carmen pone l’attenzione sulla velocità del nostro tempo. Riprendendo il pensiero di Merleau-Ponty (1945), riflette su come la percezione dell’essere umano sia naturalmente legata alla tensione nell’esplorare.

Quaderni di Gestalt (ISSNe 2035-6994), XXXIX, n. 1/2026
DOI: 10.3280/qg2026-10a21909

Nella nostra società accelerata, tuttavia, il sociologo Harmut Rosa (2015) mette in luce un doppio paradosso: non avere il tempo di fermarsi per assimilare le esperienze ci fa sentire il vuoto e il vuoto ci porta all'isolamento e alla disperazione; al tempo stesso, chi prova a sottrarsi all'accelerazione in cui siamo immersi finisce isolato e colpevolizzato di non fare abbastanza; aspetto anche questo che può portare a sentimenti di inadeguatezza e disperazione.

L'antidoto che ci viene costantemente venduto dai *mass media* è un ottimismo basato sulla logica per cui tutto è possibile e ognuno è artefice del proprio destino. Pertanto, chi non è felice lo è perché non sta facendo abbastanza. Questa narrazione, tuttavia, non spiega i sentimenti di vuoto e disperazione oggi così diffusi, e cancella la possibilità del senso del "noi" a favore di un'ottica individualistica e performativa.

Nello scenario in cui ci muoviamo, cosa può offrire di diverso la psicoterapia della Gestalt? Sembra che il nucleo stia nella speranza, intesa come movimento e accettazione della novità, del dolore e dell'incertezza; una speranza senza garanzie, ma come processo continuo anche quando non c'è nulla di determinato da attendere (Borgna, 2014). Carmen propone la visione della speranza accompagnata dalla fede intesa come fiducia in un "noi" che sostiene e permette l'attraversamento del dolore. Citando l'*Io, la fame e l'aggressività* (Perls, 1942), ci invita a riflettere su come tutti noi, per assimilare la novità, abbiamo bisogno di un altro vicino che condivida con noi la sofferenza. La paura della novità può essere sostenuta dalla fede di poter fare qualcosa di bello insieme.

Ancora di più risulta necessario ricostruire in terapia un senso del "noi" che restituisca ai pazienti l'importanza di far parte di una comunità di esseri umani.

Diversi sono stati i *feedback* dei partecipanti, che hanno portato riflessioni sulla differenza fra ottimismo e speranza, declinandola in azioni di cura ed educazione nei bambini come, ad esempio, la visione dell'ottimismo inteso come risoluzione immediata di un problema e speranza come possibilità di attraversarlo insieme.

Carmen ha poi proposto un lavoro in piccoli gruppi: i partecipanti, a turno, sono stati invitati a pensare a quali sostegni alla *funzione io* avessero ricevuto in momenti di separazione della propria vita (se dalle radici familiari, dal gruppo dei pari, dai propri valori/regole personali/abitudini, dalla "polis" intesa come comunità).

L'esperienza portata dai partecipanti ha fatto emergere come la "polis" non sia stata, per molti, un valido sostegno per affrontare un cambiamento significativo.

Recuperare il senso del noi significa quindi estendere la riflessione clinica oltre il *setting* terapeutico, interrogando le forme di convivenza e di responsabilità reciproca. Ed è marcato e profondo lo sguardo della psicoterapia della Gestalt come contributo culturale alla ricostruzione di un tessuto relazionale più umano. Carmen descrive l'essere terapeuti della Gestalt come una vocazione che continua anche fuori dalla stanza di terapia e si concretizza nella capacità di vedere l'altro e di essere pienamente presenti di fronte a lui: un agire piccoli e quotidiani atti di presenza, che contribuiscono a creare un senso del "noi".

L'intervento di Margherita Spagnuolo Lobb apre i lavori del pomeriggio e si concentra sull'importanza dell'intuito estetico (Spagnuolo Lobb, 2017) attraverso il quale il terapeuta della Gestalt può cogliere il campo relazionale del paziente, che include l'altro significativo con cui l'esperienza è stata co-creata. Infatti, il terapeuta

è parte integrante del campo del paziente che nel suo *intenzionarsi* verso il terapeuta porta la propria esperienza che è sempre “esperienza-con-l’altro” e nel farlo si adatta creativamente al terapeuta.

Questo sposta il *focus* della terapia nel “tra”, nella danza del qui e ora della seduta (Spagnuolo Lobb, 2020). In quest’ottica, la sofferenza nasce da mancati atti di riconoscimento: attraverso la Conoscenza Relazionale Estetica (CRE) il terapeuta intuisce in modo incarnato la posizione dell’altro significativo, in modo da fornire al paziente il riconoscimento della sua intenzionalità. Il riconoscimento del movimento intenzionale del paziente e la proposta riparatoria del movimento del terapeuta consentono di co-creare un campo nuovo in cui il cambiamento delle disregolazioni relazionali sofferte dal paziente è possibile (Spagnuolo Lobb e Cavaleri, 2021).

Il sostegno terapeutico all’intenzionalità mortificata del paziente fornisce il riconoscimento necessario che restituisce il senso del “noi”.

In chiusura di giornata, ampio spazio è stato dedicato a due lavori personali condotti uno da Carmen e l’altro da Margherita nei quali i partecipanti hanno potuto osservare e sperimentare in modo incarnato come l’azione terapeutica sia orientata all’esperienza relazionale, nel “tra” del paziente con il terapeuta.

La seconda giornata è stata aperta da Carmen che ha proposto ai partecipanti un’esercitazione in piccoli gruppi per allenare e sperimentare la “risonanza cinestetica”: cosa sente il terapeuta nel corpo alla presenza del paziente e come si lascia toccare dal campo attraverso il corpo (Frank e La Barre, 2010).

Tale costrutto è stato poi ampliato da Margherita specificando come il concetto di risonanza, intesa come vibrazione del campo, si integra con quello di empatia incarnata.

Sia Carmen che Margherita condividono lo sguardo sulla seduta terapeutica come campo esperienziale nel quale il sostegno specifico tende non alla persona ma al “noi” che si co-crea.

Segue un lavoro in co-terapia e un lavoro personale condotto da Carmen. In particolare, durante il lavoro in co-terapia è stato possibile osservare l’armonia creata da Carmen e Margherita che con facilità sono state capaci di integrare nel campo le loro diverse modalità di stare al confine di contatto con i sensi aperti lasciandosi “toccare” dall’incontro co-creato con la paziente.

Il seminario si è concluso in un’atmosfera densa, leggera e gioiosa nella quale è stata vivida la sensazione di responsabilità del terapeuta della Gestalt, intesa come *re-spondere* ovvero farsi garante di un cambiamento possibile partendo da uno sguardo di fede pienamente presente, che riconsegna all’ambiente il senso e la preziosità del “noi”.

Francesca Gonella e Virginia Engolini***

* Psicologa, Psicoterapeuta della Gestalt, Didatta in formazione dell’Istituto di Gestalt HCC Italy. E-mail: francescagonella.psy@gmail.com

** Psicologa, Psicoterapeuta della Gestalt. E-mail: virginia.engolini@gmail.com

BIBLIOGRAFIA

- Bauman Z. (2000). *Liquid Modernity*. Cambridge, U.K.: Polity Press (trad. it.: *Modernità liquida*. Roma-Bari: Laterza, 2002).
- Borgna E. (2014). *La speranza fragile*. Torino: Einaudi.
- Frank R., La Barre F. (2010). *The First Year and the Rest of Your Life: Movement, Development, and Psychotherapeutic Change*. London, UK: Taylor & Francis-ltd.
- Merleau-Ponty M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard (trad. it.: *Fenomenologia della percezione*. Milano: Bompiani, 2003).
- Lewin K. (1951). *Field Theory in Social Science: Selected Theoretical Papers*. New York, NY: Harpers.
- Perls, F. (1942). *Hunger, Ego and Aggression: a Revision of Freud's Theory and Method*. New York, NY: Random House (trad. it.: *Io, la fame e l'aggressività*. Milano: FrancoAngeli, 1995).
- Perls F.S., Hefferline R.F., Goodman P. (1951; 1994). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. New York, NY: The Gestalt Journal Press (trad. it., *Teoria e pratica della Terapia della Gestalt: Vitalità e accrescimento nella personalità umana*. Roma: Astrolabio, 1971; 1997).
- Rosa H. (2015). *Accelerazione e alienazione. Per una teoria critica del tempo nella tarda modernità*. Torino: Einaudi.
- Spagnuolo Lobb M. (2017). La conoscenza relazionale estetica del campo. Per uno sviluppo del concetto di consapevolezza in psicoterapia della Gestalt nella clinica contemporanea. *Quaderni di Gestalt*, XXX, 1: 17-33. DOI: 10.3280/GEST2017-001003
- Spagnuolo Lobb M. (2020). Dalla perdita delle funzioni-io ai “passi di danza” tra psicoterapeuta e paziente. Fenomenologia ed estetica del contatto nel campo psicoterapeutico. *Quaderni di Gestalt*, XXXIII, 1: 21-40. DOI: 10.3280/GEST2020-001003
- Spagnuolo Lobb M., & Cavaleri, P.A. (2021). Situazioni psicopatologiche nella post-pandemia. La psicoterapia della Gestalt relazionale nei campi clinici emergenti. In: S. Spagnuolo Lobb M., Cavaleri P.A., a cura di, *Psicopatologia della situazione. La psicoterapia della Gestalt nei campi clinico e nelle relazioni umane*. Milano: FrancoAngeli, pp. 15-24.

Il bambino dentro e fuori di noi. La cura dell'essenziale in Psicoterapia della Gestalt

The Child Within and Without. Focusing on the Essentials in Gestalt Psychotherapy
Mondello (Palermo), 13-14 febbraio 2026

Come ricordate il vostro “stare con” i vostri *caregiver* durante l'infanzia?

Come vi sentireste a tornare nell'utero materno? Quel luogo antichissimo, di cui conserviamo una memoria corporea, che si innesta nella profondità del nostro essere?

Domande come queste, che possono arrivare come pugni allo stomaco o come leggere farfalle, hanno costellato il seminario di focalizzazione esperienziale che si è tenuto in una stranamente uggiosa Mondello il 13 e 14 febbraio 2026, a cura dell'Istituto di Gestalt HCC Italy, con la vivace e puntuale guida di Rosanna Miliello¹ nel ruolo di *chair*.

¹ Psicologa, Psicoterapeuta della Gestalt, Didatta presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia dell'Istituto di Gestalt HCC Italy.

Dopo i consueti saluti inaugurali delle autorità e della dott.ssa Vincenza Zarcone, Presidente dell'Ordine degli Psicologi della Regione Siciliana, riportati dalla dott.ssa Susanna Marotta², la direttrice dell'Istituto, Margherita Spagnuolo Lobb, ci guida con la maestria del modello dei passi di danza (2019) ad "Amare il bambino che siamo stati", attraverso il contatto con la qualità del nostro legame di attaccamento ai nostri *caregiver*, immettendo subito l'uditorio nell'atmosfera esperienziale del convegno, strutturato in brevi parti teoriche seguite da momenti esperienziali e condivisioni finali in plenaria.

A seguire il primo dei preziosi cinque momenti esperienziali in piccoli gruppi, condotti dai didatti e dagli allievi didatti dell'Istituto: "La situazione della mia nascita: il desiderio di esistere", che con la vibrante e calda voce delle dott.sse Susanna Marotta e Maria Maddalena Di Pasqua² ha offerto ai partecipanti un'esperienza di focalizzazione sensoriale e immaginativa sul periodo prenatale.

Quanto spazio concediamo al nostro bambino interno? È una domanda chiave che dovrebbe porsi il terapeuta, ma addirittura l'elemento cruciale di un buon processo terapeutico, come ha affermato il dott. Pietro Cavaleri.

Il secondo momento è stato sapientemente guidato dalle dott.sse Serena Iacono Isidoro² e Concetta Polizzi³ e ha immerso i partecipanti nei "primi 1000 giorni di vita, tra memorie, bisogni e desideri", in un emozionante contatto con il nostro tempo originario, spesso invisibile ma profondamente attivo nella vita emotiva di ciascuno.

Ogni momento esperienziale è stato seguito da una condivisione in piccoli gruppi facilitati dai didatti e dagli allievi didatti dell'Istituto. Piccole perle di connessione e creatività, i piccoli gruppi, che hanno permesso una sincera e fiduciosa apertura tra i partecipanti, in un clima di intimità e giocosità, tramite delle tecniche espressive che hanno facilitato l'elaborazione e la condivisione dei contenuti emersi.

Contattare un tempo senza linguaggio richiede la grammatica dell'immediatezza, del disegno e delle immagini, ad esempio, in cui i partecipanti si sono cimentati producendo dei piccoli capolavori che hanno impreziosito la sala del convegno di colori, sorrisi e acrobazie per adattare uno spazio adulto a tanti bambini emergenti e creativi.

La prima giornata, infine, si è conclusa con l'intervento "Early interactions during the first two years: Co.Re. in NICU e Dance Steps. Percorsi di ricerca" (2024) a cura di Serena Iacono Isidoro e Concetta Polizzi, che hanno condiviso, con passione e tenerezza, il loro progetto di ricerca presso il reparto di Neonatologia con TIN dell'ASP di Palermo.

Si tratta di un percorso volto a promuovere, sostenere e potenziare le relazioni precoci *caregiver*-bambino nei primi anni di vita, nella cornice teorica della psicoterapia della Gestalt e della psicologia pediatrica.

I bambini amano ascoltare storie, amano sognare a occhi aperti e perdersi nella loro fervida immaginazione.

² Psicologa, Psicoterapeuta della Gestalt, Didatta presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia dell'Istituto di Gestalt HCC Italy.

³ Psicologa, Psicoterapeuta sistemico-relazionale, Professoressa associata di Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione presso l'Università di Palermo.

Anche da adulti è possibile recuperare questa importante competenza, ed è quello che hanno incoraggiato le dott.sse Sara Genny Chinnici⁴ e Silvia Tosi⁵ tramite la lettura di un albo illustrato che ha portato l'uditorio a chiedersi: "Che bimbo sono stato io? Quale bimbo porto con me?". Una domanda dai riverberi potenti, che ha energizzato ed emozionato il campo, preparandolo alla seconda giornata di lavoro.

L'intervento della dott.ssa Silvia Tosi ha introdotto l'uditorio alla cornice teorica dell'intervento clinico con i bambini, concetti teorici fondamentali della psicoterapia della Gestalt quali la spontaneità, l'intenzionalità di contatto, lo sviluppo polifonico dei domini e i passi di danza.

Il resoconto clinico di una psicoterapia con una bambina a cura della dott.ssa Sara Genny Chinnici, poi, nella struggente delicatezza e profondità del campo emerso, ci ha resi consapevoli che il bambino, spesso, è terapeuta. E il terapeuta inizia a germogliare da un bambino ferito. Ma se è vero questo, è anche vero che il terapeuta dovrebbe portare con sé la saggezza e la genuinità propria di quel bambino, come nel lavoro in piccoli gruppi ci si è poi interrogati: "Cosa porto, del mio bambino, per essere un buon terapeuta?".

Il pomeriggio della seconda giornata ha affrontato il periodo evolutivo dell'adolescenza – "ballando con le (in)certezze in uno sfondo di (in)sicurezze" – con la dott.ssa Veruska Schillaci⁵, e l'esperienza del giovane adulto, con l'intervento delle dott.sse Stefania Benini⁵ e Alessia Repossi⁵.

Il convegno si è concluso, dunque, con la "meravigliosa forza incosciente del giovane adulto", come hanno messo in luce le relatrici.

Una forza a cui è necessario dare senso e direzione, e portarla nello studio del terapeuta come elemento di vitalità.

Un convegno che ci ha coinvolti e stupiti per la sua natura intrisa di teoria nella pratica.

Un seminario che, grazie al contatto con la genuina saggezza del bambino e dell'adolescente che ognuno custodisce dentro sé, ci ha condotti a chiederci cos'è l'essenziale, come possiamo stare al mondo con il suo sguardo puro e consapevole.

Decisamente gestaltico.

*Maria Iside Polizzi**

⁴ Psicologa, Psicoterapeuta della Gestalt, didatta in formazione presso l'Istituto di Gestalt HCC Italy.

⁵ Psicologa, Psicoterapeuta della Gestalt, Didatta presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia dell'Istituto di Gestalt HCC Italy.

* Psicologa, Psicoterapeuta della Gestalt, Docente di Filosofia e Scienze Umane presso l'Istituto Superiore Majorana-Arcoleo di Caltagirone.

BIBLIOGRAFIA

- Polizzi C., Iacono Isidoro S., Di Pasqua M.M., Fontana V., Marotta S., Perricone G., Spagnuolo Lobb M. (2024). Relational “Dance” Between Mother and Moderately Preterm Infant at 6 and 9 Months of Correct Age: Possible Risk and Protective Factors. *Healthcare*, 12: 2231. DOI: 10.3390/healthcare12222231
- Spagnuolo Lobb M. 2019. La psicoterapia della Gestalt con i bambini: sostenere lo sviluppo polifonico dei domini in un campo di contatti. In: Spagnuolo Lobb M., Levi N., Williams A., a cura di, *La psicoterapia della Gestalt con i bambini. Dall’epistemologia alla pratica clinica*. Milano: FrancoAngeli.