



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

Anna Rita Ravenna e

l'Istituto di Gestalt di Firenze*

SIPG Recounts: The History of Italian Gestalt Psychotherapy.

Anna Rita Ravenna and the Gestalt Institute of Florence

Anna Rita Ravenna** e Monica Pincirolì***

[Ricevuto il 9 aprile 2026]

Accettato per la stampa il 6 maggio 2026]

Abstract

This article presents an elaboration of a video interview with Anna Rita Ravenna, a key figure in the development of Gestalt psychotherapy in Italy. It intertwines personal narrative and the evolution of the model within the Italian context. Much of Anna's account of her relationship with Gestalt therapy seems to be permeated by the "case" as an opportunity to open up to new possibilities; from this perspective, Gestalt therapy emerges as an embodied experience and a way of life, rather than merely a theoretical framework

The main steps of its diffusion are retraced, from the foundation of the Gestalt Institute of Florence to the establishment of FISIG (Italian Federation of Gestalt Therapy Training Institutes), highlighting the value of dialogue among differences in shaping the Gestalt community. Clinical and institutional experience, particularly within the SAIFIP (Service for Aligning Physical and Psychological Identity) context, further illustrates the generative potential of a Gestalt perspective grounded in respect for uniqueness and diversity in complex settings.

* L'articolo è stato realizzato senza nessun finanziamento.

Relazione presentata all'incontro *online* "La SIPG racconta la storia della psicoterapia della Gestalt italiana" 6 maggio 2025.

Ringraziamo le dottoresse Roberta Italia e Tatiana Tuzza per la trascrizione dell'articolo.

** IGF (Istituto di Gestalt Firenze) Roma, Piazzale delle Medaglie d'Oro 20, scala B, 00136 Roma. E-mail: annaravenna1944@libero.it

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

Note biografiche degli autori in fondo al saggio.

Quaderni di Gestalt (ISSNe 2035-6994), XXXIX, n. 1/2026

DOI: 10.3280/qg2026-1oa22326

Overall, the paper offers a view of Gestalt therapy as a relational practice and an ethics of becoming, rooted in lived experience and individual responsibility.

Keywords: History of Gestalt therapy, training, professional growth, psychotherapy, individual responsibility.

Riassunto

L'articolo propone l'elaborazione di una video-intervista ad Anna Rita Ravenna, figura significativa della psicoterapia della Gestalt in Italia, intrecciando storia personale e sviluppo del modello nel contesto italiano. Molta parte del racconto di Anna sul suo rapporto con la psicoterapia della Gestalt, sembra permeato dal "caso" come occasione di aperture a nuove possibilità; da qui la psicoterapia della Gestalt emerge come esperienza incarnata e stile di vita, più che come semplice riferimento teorico.

Vengono ripercorsi i passaggi fondamentali della sua diffusione, dalla nascita dell'Istituto di Gestalt di Firenze alla costituzione della FISIG, evidenziando il valore del dialogo tra differenze nella costruzione della comunità gestaltica. L'esperienza clinica e istituzionale, in particolare nel contesto del SAIFIP (Servizio di Adeguamento tra Identità Fisica e Identità Psichica), mostra inoltre la fecondità della prospettiva gestaltica nei contesti complessi, fondata sul rispetto dell'unicità e della differenza.

Nel suo insieme, il contributo restituisce una visione della terapia della Gestalt come pratica relazionale ed etica del divenire, radicata nell'esperienza e nella responsabilità individuale.

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

Introduzione

L'articolo che proponiamo in questo numero dei Quaderni di Gestalt è l'elaborazione della video-intervista alla Prof.ssa Anna Rita Ravenna, che la Società Italiana di Gestalt (SIPG) ha organizzato nella serata del 6 maggio 2025 all'interno del progetto "La SIPG racconta: la storia della psicoterapia della Gestalt Italiana".

Anna Rita Ravenna ci ha generosamente offerto alcuni ricordi personali che si sono intrecciati con la terapia della Gestalt e con il suo sviluppo in Italia. Anna ci racconta del suo incontro "casuale" con la psicoterapia della Gestalt intorno agli anni '80: un incontro che, da quel punto in poi, ha permeato la sua vita personale e professionale e che le ha permesso di realizzare, collaborando con Paolo Quattrini e altri gestaltisti italiani, l'Istituto di Gestalt Firenze e la FISIG (Federazione Italiana Scuole e Istituti di Gestalt). La crescita professionale di Anna Rita è stata anche favorita dagli incontri e dagli scambi con gestaltisti stranieri come Claudio Naranjo che le ha aperto la porta della spiritualità, la possibilità di fare spazio a ciò che non è materiale e che è inconoscibile.

Anna Rita incarna profondamente lo spirito della Gestalt che sostiene la realizzazione personale e l'accoglienza delle differenze. Il suo amore e il suo rispetto per l'altro diverso da sé l'hanno portata ad organizzare (nel 1992) e a guidare il SAIFIP (Servizio per l'Adeguamento tra Identità Fisica ed Identità Psicica) dell'Ospedale San Camillo-Forlanini di Roma.

L'incontro con l'autrice è stato caldo e coinvolgente, un po' come sentirsi a casa.

Monica Pincirolì

Pierluigi Righetti (PR): Vorrei iniziare questa nostra intervista *online* riprendendo una frase che Anna Ravenna ha detto poco prima della diretta: "La terapia della Gestalt è uno stile di vita, perché ci permette di andare avanti alleggerendo i fardelli, portandoci a godere delle gioie che la sorte ci riserva". Vorrei proporla come filo conduttore della serata.

Margherita Spagnuolo Lobb (MSL): Sono contenta e commossa di avere qui con noi Anna. C'è un affetto che ci lega e credo che questo sia vero per molti fondatori della FISIG (Federazione Italiana Scuole e Istituti di Gestalt). Abbiamo introdotto (iniziato) la psicoterapia della Gestalt in Italia; ciascuno ha dato il proprio contributo, ci siamo scontrati sui nostri narcisismi che spero possano essere messi sempre più sullo sfondo. Insieme possiamo costruire qualcosa ed essere visibili con la nostra bellezza e con la nostra importanza. Possiamo dare molto al mondo della psicoterapia. Questo ricostruire la storia della psicoterapia delle Gestalt in Italia è un modo per valorizzare il nostro approccio con le sue diversità; ho sempre pensato che tutti insieme possiamo costruire la bellezza che c'è in un caleidoscopio, quindi grazie Anna per essere qua, per la fiducia e l'affetto.

Monica Pincirolì (MP): Vorrei partire dal presentare Anna che è psicologa e psicoterapeuta; co-fondatrice dell'Istituto di Gestalt di Firenze a orientamento fenomenologico esistenziale insieme a Paolo Quattrini; supervisore, didatta e coordinatore. Fondatrice e past president della Federazione Italiana Scuole e Istituti di Gestalt; supervisore clinico e co-fondatore del Servizio per l'Adeguamento tra Identità Fisica e Psicica dell'Azienda Ospedaliera San Camillo-Forlanini di Roma. Ha all'attivo diverse pubblicazioni in opere collettive e su riviste: la sua voce arriva anche attraverso i tuoi scritti.

Anna sono molto contenta di farti qualche domanda perché, nell'incontrarti a tu per tu, ho avuto la sensazione di incontrare la tua umanità e mi è risuonato quello che Pier Luigi ha detto all'inizio di questa serata, cioè che

per te la terapia della Gestalt è uno stile di vita, la casa che abiti. Ti ringrazio per avermi dedicato quell'ora prima di questo incontro e ringrazio la SIPG che mi sta permettendo di incontrare i pionieri della psicoterapia della Gestalt italiana.

Anna Ravenna (AR): Grazie a voi per l'invito; spero che la mia presenza qui più che un onore, come ho sentito dire, possa essere un piacere. Desidero dirvi che, in questo momento della mia vita, i più significativi interessi, o meglio quelli che mi godo di più, sono i miei cinque nipoti.

MP: Grazie Anna, la tua apertura racconta proprio di questa umanità e di questo stile a cui abbiamo fatto riferimento. Partirei ora con la domanda che facciamo sempre ai nostri ospiti: quando e come hai incontrato la psicoterapia della Gestalt?

AR: Vorrei sottolineare che, secondo me, c'è un filo conduttore in tutta la vita e, credo, questo vale per ogni essere umano: io lo chiamo *caso o sorte*, inteso non come destino predeterminato, ma come occasione/possibilità. Qualcun altro gli dà nomi diversi come fortuna o provvidenza. La mia vita è stata improntata con evidenza dal *caso* che mi ha aperto delle porte tra le quali ho scelto quelle in cui entrare o da cui uscire, alcune non le ho neppure notate, altre le ho evitate intenzionalmente o no, sempre pagando il prezzo delle mie scelte.

Anche l'inizio della danza con la psicoterapia della Gestalt è stato frutto della *sorte*, ma si è trattato di un caso pesante e doloroso. L'incontro con la psicoterapia, come credo per molti di voi, è stato da paziente. A un certo punto della vita ho sentito il desiderio di saperne di più di me e ho deciso di iniziare un percorso psicologico. Mi sono rivolta a uno psicanalista. È accaduto sul finire degli anni '70. A due anni dall'inizio del mio percorso, lo psicanalista, un uomo giovane di circa 55 anni, una notte è morto d'infarto. Quante volte mi sono chiesta cosa sarebbe stata la mia vita se Franco Marolla non fosse morto quella notte! Me ne sono resa conto solo tempo dopo: in quell'esperienza ho rivissuto la morte di mia madre, avvenuta quando io avevo 15 anni. Ho vissuto la terribile sensazione che tutto ciò che toccavo fosse destinato a sparire. Per fortuna erano gli anni in cui si "combatteva", c'era stata la rivoluzione dei figli dei fiori, e il movimento femminista dava sostegno al desiderio di cambiamento delle donne, accendeva motivazioni ed energia.

Per lungo tempo non volli più tornare in terapia. All'epoca si erano formati i gruppi di autocoscienza femminile, i gruppi di Sandro Gindro e quelli di Massimo Fagioli. A noi giovani sembrava di aver aperto la strada a un

modo rivoluzionario di fare psicoterapia. In questi gruppi, formati a volte da un gran numero di persone, io mi sentivo meno minacciosa e minacciata. Ben presto mi resi conto che non erano adatti a me.

Incontrai, ancora una volta per caso, Ruth Kramer, una donna che dalla Danimarca era venuta in Italia. Ruth era maestra di *Eutonia*, un metodo di lavoro che favorisce, attraverso il rilassamento ed il lavoro con il corpo, l'ingresso nella meditazione. Lavorai un paio d'anni con lei e poi un giorno le dissi: "Ruth io ho bisogno di tornare alla parola, di trovare il coraggio di riprendere una relazione psicoterapeutica". Lei rispose con parole che non ho più dimenticato: "Conosco un giovane, vive a Firenze e viene a lavorare anche a Roma, non sono d'accordo con tutto quello che fa, ma potrebbe essere adatto a te". Diventai così paziente di un certo Paolo Quattrini!

Il caso ha continuato ad accompagnarmi nella vita e ha permesso che il mio incontro con lui desse inizio ad un fluido percorso: da paziente-psicoterapeuta la relazione si è trasformata in collaborazione tra colleghi, in un continuo divenire, fluidamente nel tempo. Da paziente diventai sua allieva. Era l'epoca in cui si svolgevano corsi di psicoterapia della Gestalt liberi, non legalmente riconosciuti. Paolo mi propose di partecipare, io non mi sentivo all'altezza. Ero solo un'insegnante di scuola superiore, insegnavo psicologia sociale grazie a una laurea in scienze politiche e a un corso abilitante per questo insegnamento. Per interesse personale avevo letto tanti libri di psicologia: Freud, Jung, Rogers, Tillich. Dissi a Paolo "Se non mi trovo bene mi posso ritirare?". Con una risata mi rispose di sì. Nel tempo lui mi suggerì di prendere la laurea in psicologia, avevano appena aperto la facoltà alla Sapienza di Roma. Tra Paolo e me c'è sempre stato un rapporto molto particolare. Non è facile il passaggio tra ruoli così diversi senza che ci siano fraintendimenti, incrinature o altro ancora.

Oggi, guardando indietro, vedo anche confronti animati, difficoltà, momenti di screzi superati sempre in modo fluido grazie all'amore tipico della vera amicizia che ancora ci unisce. Come vedete, l'incontro con la psicoterapia della Gestalt è stato strano, casuale, confuso, ma da questo insieme di diverse opportunità è nata una parte essenziale della mia storia, un modo di vivere la mia professione e, allo stesso tempo, tutti gli altri aspetti della mia vita.

MP: Più tardi ti chiederò in dettaglio com'è proseguito il sodalizio con Paolo. Ora mi piacerebbe anche chiederti: quali sono stati gli altri gestaltisti con cui ti sei formata?

AR: Paolo è stato la porta che si apriva sulle molteplici strade del mondo della Gestalt. Non ho avuto mai l'occasione di incontrare gestaltisti che la-

voravano in Italia in quell'epoca, penso a Barry Simmons o a Isha Bloomberg. Immediatamente si è aperta la porta dell'estero: altro cambiamento che devo a Paolo. È stato lui che ha aperto, a una insicura ragazzina del Salento, l'opportunità di andare in giro per il mondo. Innanzitutto, l'incontro con Claudio Naranjo, a Brasilia diverse volte, prima ancora che in Spagna dove poi ho lavorato in quel bellissimo luogo che era Babia (una regione della Castiglia e León).

Il lavoro con Claudio Naranjo ha iniziato a far risuonare nella mia anima corde fondamentali e silenziate da tempo. Il lavoro con Paolo aveva evidenziato in me una mente strutturata sul pensiero e sull'azione e agevolato l'apertura del cuore alle sensazioni e al sentimento. Con Claudio si è aperta la porta della spiritualità, porta che intravedevo già, ma che nell'incontro con lui si è spalancata all'esperienza del non materiale, per entrare in contatto con l'infinito inconoscibile e ispiratore a un tempo. Questa è stata per me una rivelazione e la devo assolutamente al lavoro con Claudio, alle ripetute partecipazioni ai suoi gruppi, prima come allieva e in seguito anche come collaboratrice.

Da qui l'incontro con i libri di Gurdjieff, di Castaneda, con un esoterismo che non è verità per pochi, ma apertura verso lo spirituale, verso il senso profondo della vita, verso l'inafferrabile, ma non per questo meno reale, meno trasformativo. Vivere nel mistero non come buio, ma come nuovo, come sconosciuto da incontrare, da attraversare come esperienza personale nel *qui e ora*; un mistero da accogliere come impossibilità di conoscere il futuro e desiderio di aprirsi all'incertezza. Ho imparato a lasciarmi guidare da quella bussola assolutamente individuale e personale che è il "sentire sensoriale ed emotivo", non dalla ragione, che viene dopo ed è sempre al servizio del sentire e dell'immaginare. Questo mi ha insegnato Claudio e io lo ricordo sempre con gratitudine.

Poi arrivarono i corsi in California con Miriam e Erving Polster, amati maestri di vita che mi hanno accompagnata nella formazione pratica alla *Gestalt Therapy* con il loro affetto, la loro stima e, nel tempo, con la costante presenza nella Scuola di Firenze e nei Congressi internazionali da noi organizzati.

In Europa ho incontrato Serge e Anne Ginger e da loro, oltre i fondamentali insegnamenti, ho ricevuto e scambiato amicizia e collaborazioni reciproche e proficue. Con colleghi più vicini alla mia età come Gonzague Masquelier, a Parigi, o Petruska Clarkson, a Londra, con Sandra Salomao a Rio de Janeiro, con Gianni Capitani a Puebla e con Macarena Diuana a Lisbona è nata un'amicizia che ci ha uniti per tutta la vita.

Questi sono stati per me i più importanti maestri, ma sono grata a tutti i

gestaltisti che ho incontrato perché ognuno mi ha nutrito con la propria specificità. Paolo Quattrini per me è stato la porta sul mondo, la bambina che giocava nella piazzetta di Seclì, paesino sperduto del Salento, non avrebbe mai potuto immaginarlo!

MP: Grazie Anna, mi hanno colpito alcune parole che hai detto: creare, trasformare. Pensavo a come la psicoterapia della Gestalt sa creare, costruire e fare con quel che c'è. Non dobbiamo essere diversi da quel che siamo e queste parole che mi dici mi fanno ritrovare un po' il senso dell'inizio anche per me. Dunque, dicevi che con Paolo si sono aperti dei mondi, ma successivamente come avete messo in forma il vostro divenire? Come il vostro sodalizio è diventato un Istituto?

AR: Di nuovo torna in ballo il caso. Ricordo qui un altro collega, che non c'è più, cui devo un ulteriore inizio, non come gestaltista o psicoterapeuta, ma come formatrice: Edoardo Giusti. In un convegno di cui non ricordo la data, incontro Edoardo che mi propone una collaborazione con il suo Istituto: l'ASPIC (Associazione per lo Sviluppo Psicologico dell'Individuo e della Comunità). Credo che non sia stata ben vista da tutti la mia entrata nell'Associazione. Non parlo certo di Claudia Montanari insieme alla quale ho fatto anche bei viaggi di piacere e con la quale ancora oggi ho un buon rapporto anche se ci vediamo molto poco. Entrata come collaboratrice all'ASPIC ho iniziato ad osservare come funzionava l'Istituto. Era il tempo in cui il Ministero (al tempo il MIUR N.d.R.) chiedeva agli Istituti esistenti di formalizzare la loro struttura e i programmi dei loro corsi seguendo precise norme per essere riconosciuti e poter così rilasciare attestati di specializzazione post-laurea, validi come titoli di studio per l'esercizio della professione e per i concorsi pubblici. Ecco, io nell'ASPIC credo di essere fiorita più che come terapeuta, come una persona esperta di didattica: insegnavo da oltre 15 anni, ero in grado di scrivere un progetto per il Ministero. Questa è stata la parte fondamentale della mia esperienza in ASPIC. Quel progetto fu approvato mentre ne era stato, nel frattempo, bocciato uno equivalente presentato da Paolo Quattrini, Riccardo Zerbetto, Antonio Ferrara e lo stesso Edoardo.

Io, intanto, dopo la laurea in psicologia, avevo deciso di aprire lo studio privato di psicoterapia. In quel tempo insegnavo ancora nella Scuola. Come psicologa lavoravo soprattutto nel volontariato all'Istituto oncologico Regina Elena dove l'Amministrazione mi aveva dato anche l'incarico di istituire e realizzare corsi di formazione per medici e paramedici sugli aspetti psicologici del loro lavoro. Facevo poche sedute come psicoterapeuta e con poca convinzione. Decisi di uscire dall'ASPIC.

Paolo Quattrini mi propose di lavorare al loro progetto che occorreva rifare completamente prima di essere presentato. Così sono rientrata in contatto stretto con Paolo, anche se il contatto con lui non l'avevo mai perso. L'IGF (Istituto Gestalt Firenze) esisteva da diversi anni e faceva quei corsi informali nei quali anche io mi ero formata. Io proposi a Paolo di lavorare insieme a un progetto autonomo solo del suo Istituto. Lui fu ben felice di accettare a patto che me ne facessi completamente carico. Così l'IGF presentò al MIUR un suo progetto con Paolo Quattrini direttore scientifico e Anna Rita Ravenna direttrice didattica. Il Ministero lo approvò.

MP: Ancora una volta il caso! Ma è stato ancora il caso a guidarvi nella costituzione della FISIG (Federazione Italiana Scuole e Istituti di Gestalt) in risposta alla necessità di colleganza, di riconoscersi tra simili, di ritagliare il proprio spazio nel mondo della psicoterapia italiana con una forza diversa?

AR: Più che “riconoscersi tra simili” direi “riconoscersi tra diversi”: la visione gestaltica univa gli Istituti e aveva senso mettere tutte quelle risorse insieme anche se la formazione e lo stile dei professionisti erano profondamente differenti. La psicoterapia della Gestalt, come ricordate, è nata negli Stati Uniti negli anni '50 ed è arrivata in Italia negli anni '70/'80 e sebbene il riconoscimento ufficiale delle scuole di specializzazione in psicoterapia in Italia sia stato introdotto con la Legge n. 56 del 1989, che ha regolamentato l'esercizio della professione, tuttavia, l'effettivo *iter* per il riconoscimento e l'abilitazione degli istituti privati è stato definito successivamente con il D.M. n. 509 del 1998. Per cui, solo nel 1998/2000 leggi e decreti portarono alla definitiva approvazione delle Scuole di Specializzazione. Le energie che confluirono nella Federazione furono un incredibile supporto per l'affermazione della *Gestalt Therapy* sul territorio nazionale al pari degli altri modelli. La FISIG è stata un propulsore significativo. Quando parlo di diversità, desidero sottolineare che già negli Stati Uniti la *Gestalt Therapy* si era strutturata su una polarità: la Gestalt della West Coast, a Esalen in California dove si stabilisce Fritz Perls dopo il suo ritorno dall'Oriente, e la Gestalt dell'East Coast, a New York con l'Istituto fondato da Fritz e Laura insieme a Paul Goodman e altri e dove Laura resterà tutta la vita. In una superficiale sintesi potremmo dire che la Gestalt dell'East Coast sia di ispirazione più “scientifica” e la Gestalt della West Coast più “umanistica”. Negli Stati Uniti gli anni '50/'60 vedono affermarsi modelli diversi come quello di Carl Rogers e il suo Approccio Centrato sulla Persona, di Alexander Lowen e la Bioenergetica, modelli che prendono le distanze dal cognitivismo e dall'analisi freudiana e junghiana allora imperanti.

MP: Mi incuriosisce questa cosa che dici “mettersi insieme tra diversi”.

AR: Assolutamente! Un altro elemento fondante della psicoterapia della Gestalt, che ha favorito il suo sviluppo anche in Italia, è stato il rispetto tra diversi. Perché di zuffe teoriche ne abbiamo fatte tante, però, dal punto di vista umano, ci siamo sempre rispettati. Almeno io mi sono sentita rispettata e mi sono sempre impegnata a rispettare.

MP: Questo mi fa pensare a cosa di fatto facciamo nella terapia: c'è il rispetto dell'umanità dell'altro, anche se siamo in ruoli diversi, posizioni diverse, ciascuno è consapevole del proprio posto e al tempo stesso è in contemplazione del mistero dell'altro.

AR: Sì, un mistero da svelare, cioè togliere velo dopo velo, ma che non porterà mai a conoscenze e a verità assolute. Questo rende il percorso gestaltico un'avventura. Perché la psicoterapia della Gestalt, come ho già detto, non può essere solo un modello teorico di psicoterapia, deve essere uno stile di vita personale. Secondo me non si può fare il gestaltista nel chiuso del proprio studio e poi uscire nel mondo e muoversi con un altro stile, seguendo altri valori. Non funziona né in un contesto né nell'altro.

MP: Mi incuriosisce quello che dici: sei gestaltista non perché aderisci a una teoria, ma perché la vivi, la incarni. Puoi aggiungere qualcosa su questo?

AR: La teoria è un pensiero astratto e lineare; incarnare un pensiero invece vuol dire viverlo ogni giorno imparando dall'esperienza, trasformarlo e farlo esistere in un continuo divenire. Mi vengono in mente le tabelline stampate nell'ultimo foglio dei quadernini di matematica delle elementari. Erano quelle e non potevano essere altro, dovevo solo impararle a memoria. La psicoterapia della Gestalt la considero, lo ribadisco, uno stile di vita e lo stile non può che nascere dall'esperienza personale: è vivere in continua variazione, qualsiasi sia il modello a cui ci si ispiri. Se non diventiamo gestaltisti, se non impariamo a vivere a modo nostro, secondo i nostri valori nel tempo della nostra esistenza personale, cioè nel continuo divenire della vita quotidiana, allora nella seduta professionale tutto diventa fasullo e non potrà aiutare l'altro a creare il suo stile di vita, a essere se stesso. Non si nasce gestaltisti e non si aderisce a una teoria per fede, lo si diventa per scelta attraverso l'esperienza e lo si continua a scegliere per tutta la vita nel costante divenire che non cessa mai sino all'ultimo istante, sino alla morte.

Aver potuto mettere la mia razionalità, la mia precisione, il mio perfezionismo caratteriali al servizio del sentire, delle sensazioni, dei sentimenti,

dell'immaginazione, della fantasia, della scelta che si apre all'incognita, quindi dell'insicurezza con assunzione di rischio e responsabilità, questo è stato ciò che la psicoterapia della Gestalt mi ha regalato e di cui sento di aver fatto buon uso non perché sono stata brava, ma perché oggi mi sento soddisfatta. Questa per me è la chiave della psicoterapia della Gestalt. Per la piccola Anna le emozioni erano delle sconosciute. Vedere che l'essere diversa da tutti gli altri bambini, adolescenti, giovani e adulti significava costituire la mia unicità, permettermi di realizzare me stessa nel divenire, piuttosto che corrispondere a modelli e stereotipi che mi venivano proposti; questo lo devo al risveglio e alla consapevolezza delle mie sensazioni ed emozioni e questo l'ho imparato nell'incontro con la psicoterapia della Gestalt.

MP: Un'altra cosa che mi ha colpito tra quello che fai e hai fatto, è l'essere co-fondatrice e supervisore del Servizio per l'Adeguamento tra l'Identità Fisica e l'Identità Psicica del San Camillo-Forlanini di Roma. Questo rispetto per l'unicità e per la diversità ti ha guidato in questo lavoro che oserei dire pionieristico?

AR: Ancora una volta il "caso". Da sessanta anni sono moglie di un chirurgo plastico. Quarant'anni fa il figlio di alcuni nostri amici presentò quella che oggi si chiama disforia di genere. Erano tempi in cui in Italia si parlava ben poco di questo tema. I nostri amici si rivolsero a noi, a lui come medico e me come psicologa, per cercare di avere lumi sulla situazione. Allora questa condizione esistenziale veniva genericamente individuata con le parole "transgenderismo/transessualismo" ed era sconosciuta ai più e spesso confusa con situazioni completamente differenti quali intersessualità, omosessualità o travestitismo. Fu in quella occasione che iniziò il nostro percorso di approfondimento del tema. Qualche anno dopo in Italia fu approvata una legge che, riconoscendo quella che oggi si definisce "disforia di genere", poneva le norme per l'istituzione di centri specializzati per la presa in carico del complesso iter di diagnosi ed eventuale percorso di adeguamento, che richiedeva l'intervento di *équipe* interdisciplinari per un lungo periodo di tempo, a volte anche oltre i due anni. Con una legge successiva, la Regione Lazio individuò il San Camillo quale sede del Servizio per il suo territorio. Nell'Ospedale i primari che si erano succeduti sia nei reparti di Chirurgia plastica e ricostruttiva che di Urologia, così come il Servizio di Psicologia, avevano sempre rifiutato le proposte dell'Amministrazione di costituire il Centro. Quando mio marito fu nominato primario, l'Amministratore ripropose la necessità dell'Azienda di costituire il Centro e lui accettò a condizione che gli fosse garantita la possibilità di organizzare un servizio in grado di farsi carico e di affrontare tutti gli aspetti della complessa situazione, dalla

diagnostica al sostegno psicologico, all'assistenza endocrinologica e chirurgica. Nacque così il SAIFIP (Servizio per l'Adeguamento tra Identità Fisica ed Identità Psicica).

Non potendo contare sul Servizio di Psicologia del San Camillo, che persisteva nel suo rifiuto, fu necessario attuare una convenzione esterna che fu fatta con la Cattedra del Professor Vezio Ruggeri, alla Facoltà di Psicologia dell'Università la Sapienza di Roma dove io ero assistente. Il Professore mi delegò, naturalmente sotto la sua supervisione, la costituzione e la direzione del nuovo Servizio di Psicologia del San Camillo. Il Servizio esiste tutt'ora, è parte integrante del SAIFIP e collabora, oltre che con gli specialisti di chirurgia plastica della struttura, con genetisti, endocrinologi, avvocati e tribunali, come richiede il percorso di adeguamento nella sua complessità. Gli operatori si confrontano costantemente, soprattutto nella ricerca scientifica, con altri Centri nazionali ed internazionali. Se l'attività del SAIFIP è andata avanti sino a contare oltre un migliaio di situazioni personali seguite da *équipe* multidisciplinari qualificate, lo si deve a tutti i collaboratori che vi hanno lavorato e vi lavorano, alcuni dei quali gestaltisti come me.

La visione gestaltica è stato il punto di forza che ha permesso di affrontare una condizione esistenziale così complessa e soprattutto messa socialmente all'indice, in particolar modo ai tempi in cui il Servizio è nato. Ricordo ancora un collega dell'Ospedale Gemelli che mi disse: "Tu colludi con la loro follia". Diverse persone sono venute al Servizio e hanno portato a compimento l'*iter* di adeguamento, all'epoca si chiamava così, dopo essere stati in Servizi di altri ospedali dove volevano assolutamente "cambiargli il cervello"! Queste persone erano più traumatizzate dagli aggressivi tentativi degli operatori per costringerli a cambiare la loro visione che non dal disagio che comportava la percezione di se stessi e il loro progetto di espressione nel mondo. Le persone erano profondamente ferite dal rifiuto, dall'angoscia dell'impossibilità di vivere la propria esistenza come sentivano di volerla vivere, più che dalla condizione esistenziale data dalla disforia di genere.

Quando sono andata via dal SAIFIP, ormai 15 anni fa, sono rimasta come supervisore esterno dell'*équipe*. Molte persone mi sono grate per questa mia attività, ma io ringrazio loro che mi hanno permesso di passare dalla teoria alla pratica, di vivere realmente l'accettazione dell'altro, il rispetto verso l'altro nella sua differenza. Ho incontrato situazioni di vita inizialmente incomprensibili per me, per quella che era la mia personale esperienza, situazioni umane che si svelavano e ampliavano la mia visione del mondo nella misura in cui io avevo e mostravo rispetto e fiducia per l'altro. Questo me l'ha permesso la formazione gestaltica. È stato quel servizio il banco di prova definitivo del mio essere gestaltista. Anche questa attività mi ha portato fuori dai

confini nazionali, inizialmente andando a fare esperienza in strutture sanitarie negli Stati Uniti e in Canada, Paesi, a quel tempo, molto più avanzati di noi nella ricerca e nella pratica clinica sul tema dell'identità di genere, successivamente partecipando ed organizzando convegni di studio internazionali nei quali condividere esperienze che, per la loro natura, sul territorio nazionale si riferiscono a numeri limitati di persone.

MP: Certa della tua scelta, dunque! Sono rimasta senza parole. Chiedo se ci sia tra i presenti qualcuno che, avendoti ascoltata, abbia qualche domanda da porre; mi piacerebbe che diventasse un incontro più condiviso.

MSL: Io ho una domanda. Cosa della psicoterapia della Gestalt ti ha cambiato la vita? Tu dici che è una filosofia di vita, sono d'accordo e penso che altri terapeuti che amino il loro approccio direbbero così. Ma cosa ti ha, in particolare, sconvolta, illuminata?

AR: Mi viene in mente il titolo del libro di Paul Tillich, la psicoterapia della Gestalt mi ha dato "il coraggio di esistere". Ho scoperto che "coraggio" non è mancanza di paura, ma paura da cui non ti lasci bloccare e trasformi in compagna di viaggio che accende la tua attenzione. Ho scoperto che tutte le emozioni possono essere impiegate per creare, per costruire e non per bloccare, per distruggere, la paura innanzitutto.

Prima di incontrare la psicoterapia della Gestalt, ero dipendente da un carattere che definirei "tignoso". Nel tempo sono diventata consapevole che la contrapposizione e la sfida sono comunque figlie della dipendenza e, pian piano, ho varcato la soglia che apre alla complessa strada dell'autonomia. Quella strada mi ha portata verso il rispetto per me stessa, così come sono, nel *qui e ora*; alla consapevolezza dei miei limiti non come mancanze, ma come recinto in cui coltivare le mie rose. Da qui è fiorito il coraggio che è sempre compagno della speranza; trasformare la pretesa illusoria in speranza è stato un passaggio fondamentale.

Ero una ragazzina che sognava, ma una cosa sono la fantasia, l'immaginazione ed anche il sogno, altra è la certezza di realizzarli: questa si chiama illusione nella pretesa di cambiare l'altro, nell'attesa della manna dal cielo. La speranza, invece, aiuta ad essere attivi e io lo sono stata molto nella mia vita. A ogni porta che si è chiusa davanti a me, a volte anche con molto dolore, è stata la visione gestaltica a sostenermi e ad aiutarmi a rialzarmi dopo la caduta. Non ricordo più quale dei nostri Maestri americani dicesse "Noi non aiutiamo le persone a non cadere, le aiutiamo a mettere le mani avanti per non farsi troppo male e a imparare a rialzarsi". Questa è stata l'energia che la psicoterapia della Gestalt ha messo in moto dentro di me.

Anni dopo, la “sorte”, apparsa terribilmente avversa, ancora una volta mi ha favorito e diverse persone mi hanno aiutato: ho attraversato la porta di un serio tumore; ne sono venuta fuori fortificata come persona, con il cuore colmo di gratitudine anche se il mio corpo di donna ne è uscito straziato. Questa è stata un'altra esperienza che mi ha portata a preferire l'uso della parola “persona” anziché “uomo/donna”, ma qui si aprirebbe un'altra lunga riflessione. La vita non è fatta di uno stato di felicità che si raggiunge e si mantiene, la vita è fatta di alti e bassi ed è proprio questa differenza che le dà senso: brevi attimi di gioia, di serenità, di felicità conquistati che nel loro insieme formano una collana preziosa.

MP: Nella tua risposta, mi sembra di aver intravisto questa capacità di azione, di movimento, dunque di stare negli accadimenti, negli eventi, in maniera non passiva, hai detto di “non stare ad aspettare la manna dal cielo”. Hai qualche chiarimento su questo? Sull'insegnamento della Gestalt a fare, ad agire, a muoversi ma non illusoriamente?

AR: Muovermi per contrapposizione, questo riconosco come mio tratto caratteriale e stile primordiale. Per esempio, i miei genitori dopo la terza media volevano che io lasciassi la scuola perché allora con le ragazze si tendeva a fare così nella nostra cultura familiare. Non è che io fossi un'amante dello studio, ma mi ribellai per “tigna” pensando: se mio fratello ha proseguito gli studi, voglio farlo anch'io. Non me ne sono mai pentita. Mi sono rifiutata di iscrivermi all'Istituto Magistrale, il massimo che, dopo tante discussioni, mi veniva concesso essendo io femmina e, continuando a lottare, sono riuscita ad iscrivermi al liceo classico, ed in seguito a laurearmi in Scienze Politiche e non in Giurisprudenza, come avrebbe voluto mio padre.

Invece di muovermi per contrapposizione, pian piano, ho imparato a muovermi sulle mie istanze acquisendo la consapevolezza che mi muovevo a rischio, che ogni passo andava verso l'incognita. L'esperienza mi ha insegnato che questo, allo stesso tempo, è il bello e il brutto della vita umana e quindi anche della mia. L'incognita ci permette di creare la strada che potrebbe condurre nella direzione desiderata, la strada che per noi ha senso e gusto già nell'averla immaginata, già nel percorrerla, altrimenti il nostro divenire scorreerebbe sulle rigide rotaie di un binario precostituito di cui ignoriamo direzione e senso. Io non credo al destino. Creare, però, significa osare, aprirsi al rischio, assumersi la responsabilità delle conseguenze delle nostre azioni, conseguenze previste ma soprattutto imprevedibili perché imprevedibili o perché non presenti alla nostra consapevolezza nel momento in cui abbiamo deciso l'azione. Questa si chiama “assunzione di responsabilità”.

Un giorno sono andata via da casa disperata, abitavo al settimo piano,

sono scesa a piedi piangendo a dirotto. Non sapevo dove mi avrebbe portato quella frattura della mia relazione coniugale, ma sapevo che era la mia scelta di quel momento. Mi ha portato dieci anni di separazione da mio marito, dove ognuno immaginava che le strade non si sarebbero mai più incontrate. Con rispetto, con affetto sempre! Dopo dieci anni, ho sentito bussare alla mia porta, l'ho aperta e molto volentieri ho riaccolto mio marito nella mia vita. Era prevedibile? No. Per dieci anni ognuno ha fatto la propria vita, abbiamo incontrato altre persone, non abbiamo vissuto nell'eremo, né lui né io. Questo mi ha dato la psicoterapia della Gestalt: la possibilità di vedere l'azione che si apre verso l'incognita come qualcosa di significativo perché è mossa da istanze personali. Occorre muoversi sostenuti da fiducia in se stessi e speranza, non dall'illusione di fare "la cosa giusta", ma nella consapevolezza che, comunque vadano le cose, si potrà andare oltre e creare nuovo senso per la propria vita. Senza questa visione, senza aver maturato questa filosofia di vita non sarei oggi quella che sono, non sarei oggi qui con voi.

MP: Vuol dire aver fiducia nel fare un passo anche se non è ancora ben definito il percorso, è starci dentro e assumersene la responsabilità. Responsabilità, questa parola mi ha colpito. Cosa può fare oggi la psicoterapia della Gestalt, in questo tempo complicato e complesso, in cui, sempre più, i ragazzi agiscono spinti da un apparente impulso, privi di responsabilità, mossi da pensieri in un corpo che sembra non sentire, non saper mettere in dialogo le diverse istanze interne?

AR: Guardo con un po' di paura e tristezza al mondo di oggi. Naturalmente per l'umanità intera non certo per me stessa. In particolare, per quella minima parte di umanità rappresentata dai miei nipoti. Io ho quattro nipoti femmine e un maschietto. E penso al loro domani: mi preoccupo. Poi mi dico "ma tutta l'umanità è sempre andata avanti". La storia è evoluzione e anche i momenti che vengono vissuti come involuzioni possono costituire apertura verso il nuovo.

Mi soffermo a volte a pensare che non avremmo mai avuto la nostra Costituzione se non ci fossero stati fascismo e nazismo e mi torna in mente il detto "non tutti i mali vengono per nuocere". È chiaramente un'iperbole, i mali restano mali e portano dolore, terrore ma, come cantava anche Fabrizio De André, «dal letame nascono i fiori». Mi sostiene la fiducia negli esseri umani anche se talora mi assale il terrore che l'umanità stia andando verso la deriva. In quei momenti mi ripeto che sono pensieri da vecchi che non sanno più adattarsi creativamente ai cambiamenti in quanto hanno ormai scarse energie e, davanti a loro, un orizzonte limitato. Mi sostiene, però, il pensiero che il mare è fatto di gocce, e che ognuno di noi è una di quelle gocce che può portare al mare il veleno ma anche l'antidoto e il nutrimento.

Secondo me quello che abbiamo perso è questa percezione di quanto importante sia il consapevole contributo dell'individuo e la sua modalità di relazionarsi con l'altro da sé, umano o ambientale che sia, all'interno di una visione rigorosamente comunitaria. Ci stiamo lasciando trascinare come un detrito dalla corrente del fiume; dobbiamo ritrovare il desiderio e l'energia per nuotare a favore e contro corrente, secondo le situazioni. È questa responsabilità individuale che la psicoterapia della Gestalt mi ha insegnato e che io vorrei lasciare in eredità ai miei nipoti. Riappropriamoci di questa responsabilità individuale.

Mi avete domandato “Come affrontiamo questo tempo difficile, incerto, che spesso ci mette sulla stessa barca dei nostri pazienti?”. Io trovo una risposta nel senso di appartenenza, di comunità, questa *gestalt* delle differenze, che l'associazionismo crea, è fondamentale secondo me. Da una parte siamo individui, dall'altra dobbiamo mettere in gioco le risorse personali ma al servizio non egoistico, bensì di una comunità cui noi stessi naturalmente apparteniamo e di cui ci gioviamo. Questo mi sembra un lascito fondamentale per il futuro. Questo “complesso insieme”, significato stesso della parola *gestalt*, questo tutto che è “altro”, qualitativamente diverso dalla somma delle parti, questo è ciò che non dobbiamo perdere di vista: la qualità nella complessità relazionale. Così la vedo, così cerco di praticare, di vivere, di insegnare, di fare la nonna. Tutto con lo stesso spirito.

PLR: Io credo che questa sera Anna ci abbia fatto assaporare aperture e chiusure; in questi ultimi minuti ha ripetuto “è così che io la vedo, è in questo in cui io credo e che vi dico”. In realtà sento che questa sera abbiamo avuto moltissimi spunti di riflessione e che probabilmente Anna ha aiutato anche noi a vederla così.

Anna, ci hai trasmesso la tua storia ed esperienza di gestaltista e credo che porteremo con noi molte opportunità di riflessione, per noi stessi e da portare dentro le stanze e negli spazi delle terapie con i pazienti. Direi che ci hai dato una responsabilità in più da condividere e vivere nelle nostre stanze di lavoro. Ti ringrazio.

AR: Sono consapevole ora di aver trascurato una parola fondamentale per noi gestaltisti: empatia. Forse ho dato per scontato che la pratichiamo tutti in quanto ho sentito questo incontro pervaso di empatia. Grazie.

Anna Rita Ravenna: psicologa e psicoterapeuta della Gestalt ad indirizzo fenomenologico-esistenziale, didatta e supervisore in Italia e all'estero. È fondatrice della sede di Roma dell'Istituto Gestalt Firenze (IGF), scuola di specializzazione riconosciuta dal MIUR, di cui è stata direttrice didattica per oltre vent'anni e presso cui svolge tuttora attività di docenza e

supervisione. È stata presidente della Federazione Italiana Scuole e Istituti di Gestalt (FISIG) ed è cofondatrice della Federazione Italiana Gestalt ad orientamento fenomenologico-esistenziale (FeIG). Ha cofondato il SAIFIP (Servizio di Adeguamento tra Identità Fisica e Identità Psicica) presso l'Ospedale San Camillo di Roma, dove è stata responsabile del Servizio di Psicologia e attualmente svolge attività di supervisione. Per oltre quindici anni ha coordinato e formato operatori sanitari in ambito oncologico presso l'Istituto nazionale tumori Regina Elena (IFO) di Roma. Da sempre interessata ai temi sociali dell'emarginazione, è autrice di numerosi articoli su riviste specialistiche e coautrice di volumi sui temi di suo interesse. Svolge attività clinica a Roma e attività didattica e di supervisione in diversi istituti di formazione in psicoterapia della Gestalt, in Italia e all'estero.

Monica Pincirolì: 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

- Byung Chul Han (2019). *La salvezza del bello*. Milano: Edizioni Nottetempo.
- Ginger S. (2005). *Iniziazione alla Gestalt. L'arte del con-tatto*. Roma: Edizioni Mediterranee.
- Maturana H., Varela F. (1987). *L'albero della conoscenza*. Milano: Edizioni Garzanti.
- Morasso G., Caruso A., Ravenna A.R. (2011). *Le competenze comunicative in oncologia. Un percorso formativo*. Milano: FrancoAngeli.
- Naranjo C. (1996). *Carattere e nevrosi*. Roma: Casa Editrice Astrolabio Ubaldini.
- Naranjo C. (1999). *La via del silenzio e la via delle parole*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
- Naranjo C. (2015). *Esperienze di trasformazione con l'Enneagramma*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
- Naranjo C. (2025). *Guarire la mente per salvare il mondo*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
- Ouspensky P.D. (1978). *La quarta via. Discorsi e dialoghi secondo l'insegnamento di G. I. Gurdjieff*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
- Perls F.S. (1969). *La terapia gestaltica parola per parola*. Roma: Astrolabio.
- Perls F.S. (1977). *L'approccio della Gestalt. Testimone oculare della terapia*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
- Pizzimenti M., a cura di (2015). *Aggressività e sessualità. Il rapporto figura/sfondo tra dolore e piacere*. Milano: FrancoAngeli.
- Polster E. (1988). *Ogni vita merita un romanzo. Quando raccontarsi è terapia*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
- Polster E. (2007). *Psicoterapia del quotidiano. Migliorare la vita della persona e della comunità*. Trento: Edizioni Erikson.
- Quattrini G.P. (2007). *Fenomenologia dell'esperienza*. Firenze: Zephyro Edizioni.
- Quattrini G.P. (2011). *Per una psicoterapia fenomenologico-esistenziale*. Firenze: Giunti.
- Quattrini G.P. (2021). *L'effetto che fa. Considerazione tecniche sulla pratica della Gestalt*. Roma: Armando.
- Quattrini G.P. (2025). *La ricerca del trascendente. Il trittico delle delizie*. Padova: Edizioni Messaggero.
- Ruggieri V., Ravenna A.R., a cura di (1999). *Transessualismo e identità di genere. Indagine clinica e sperimentale*. Roma: Edizioni Universitarie Romane.
- Ruggieri V., Ravenna A.R., Chianura L., a cura di (2006). *Esistenze possibili. Clinica, ricerca e percorsi di vita nei disturbi dell'identità di genere*. Roma: Edizioni Universitarie Romane.
- Tillich P. (1968). *Il coraggio di esistere*. Roma: Astrolabio Ubaldini.