Le esperienze precoci con le figure di attaccamento (es: genitori, persone che si sono prese cure di noi da bambini) influenzano il modo con cui costruiamo il mondo e con cui costruiamo noi stessi. Le prime esperienze hanno un forte impatto su come la persona percepirà gli eventi della sua vita, su come li interpreterà e su come risponderà ad essi. L´individuo possiede pero´una „capacita´plastica“: nonostante le esperienze relazionali con le figure di attaccamento abbiano questa forte influenza, l’individuo resta un soggetto flessibile, in grado di ristrutturare il proprio edificio cognitivo-affettivo di fronte a nuove esperienze significative. Decisivi, ai fini di una completa riscrittura del libro della propria vita, possono essere gli effetti di una terapia che funga da agente perturbante del “sistema cliente”: in questo senso la relazione con la figura del terapeuta si trova ad assolvere le funzioni di una base sicura con la quale la persona può fare nuove esperienze intersoggettive che permettono una diversa interpretazione e “creazione” del proprio mondo, dando un significato nuovo e diverso anche ad episodi del passato. La relazione con il terapeuta consiste dunque in una relazione nuova, diversa da quelle precoci che hanno orientato lo sviluppo della personalita´del cliente. La qualita´di tale relazione e´di estrema importanza.

Quali sono i punti principlai affinche´la relazione tra terapeuta e cliente possa diventare significativa?

-COMPRENSIONE: l´atteggiamento del terapeuta gioca un ruolo fondamentale. Il suo primo compito e´quello di ascoltare attentamente il cliente ed entrare in punta di piedi nel suo mondo, universo di cui soltanto il cliente e´l´esperto. Questo fa si´che il cliente si senta compreso ed accettato. Il comportamento del terapeuta deve tendere a favorire fin dall´inizio l´abbandono delle difese che il cliente mette abitualmente in atto nelle sue relazioni interpersonali piu´significative. La natura della relazione che si sviluppa attorno a questa comunicazione (per esempio, la consapevolezza che l´analista capisce e non giudica, si interessa ma non aderisce, e´coinvolto ma senza essere sopraffatto) e´un fattore terapeutico essenziale. (Greenberg, Mitchell, 1986, p. 386).

-ACCETTAZIONE ED EMPATIA: L´accettazione comporta non tanto l´approvazione della visione che il cliente ha di se stesso, quanto la prontezza ad utilizzare le modalita´d´approccio del cliente (la sua visione del mondo, i suoi punti di riferimento, il suo modo di affrontare i problemi). Compito del terapeuta e´quello di offrire un ascolto ed una comprensione acritica. „L´accettazione e´la disponibilita´a vedere il mondo attraverso gli occhi di un´altra persona“. Attraverso l´accettazione il terapeuta comprende il mondo interiore del cliente e puo´individuarne limiti e possibilita´, favorendone cosi´un possibile movimento/ cambiamento.

(Con gli occhi dell´altro. G. Chiari, ML. Nuzzo)