



«La meraviglia è quel sentimento che unisce esaltante stupore all'entusiasmo della scoperta». Così va spesso ricordando, con la curiosità della conoscenza che ne alimenta per sé il desiderio, con l'energia pronta ad esplodere in sempre nuove iniziative, coinvolgendo chi in quel tempo lo incontra, o capace di condurre i suoi pazienti, con fermezza, là dove sembrava a loro stessi impossibile arrivare. Non

potete che essere io a raccontare di Walter Comello, antico amico, compagno di tanti viaggi del pensiero, là dove il confronto traccia sempre nuove rotte, collaboratore da anni della rivista, a molti di voi, per questo e per le sue tante iniziative, certamente noto.

Walter Comello, viaggiatore ed esploratore del mondo e dell'animo umano, psicologo-psicoterapeuta, criminologo clinico e psicopatologo forense, direttore di Psychè Centro Studi, tra i maggiori esperti in dinamiche di relazione e sessuologia, divulgatore scientifico, è autore ed empatico conduttore – presso i Teatri Vittoria e Carignano a favore di Unicef – del seguitissimo e originale format di comunicazione 'Istinto alla Coppia', progetto che lui e il suo gruppo di lavoro definiscono di 'cultura utile'.

Come nasce l'idea di trasferire in un teatro la tua esperienza professionale?

«Sono trascorsi venti anni da che ho iniziato a svolgere la mia professione e non è mai entrato nel mio studio qualcuno che, a fronte di un malessere, ritenesse di avere o di avere avuto un'adeguata vita affettiva. Se si è, erroneamente, sempre disponibili a confrontarsi con le vicende della propria famiglia d'origine, è la vita di coppia che rappresenta un bisogno irrinunciabile per trovare un campo fondamentale della propria identità. Ma ciò che rappresenta la nostra stessa natura umana è per tutti un percorso accidentato, che spesso appare pericoloso, difficile, faticoso. Il buon esito di una relazione non sta nella fortuna di un incontro; in un mondo in cui non si vuole rinunciare a nulla di se stessi, i conflitti interni ed esterni sono molti. La riuscita del progetto di coppia non può essere lasciato al caso e conoscere le oscure o inconfessate dinamiche e regole naturali, diventa un'esigenza. Il format da dieci anni si occupa di questo con l'obbiettivo, ogni sera, di rendere protagonisti i partecipanti, mai un pubblico».

Partecipando alle tue serate mi ha colpito una statistica impressionante relativa al dolore affettivo...

«L'84% degli omicidi e il 91% dei suicidi hanno un'origine intra-affettiva, ma a questa si legano altri gravi problemi relativi a violenze ed abusi nei confronti di donne e bambini. Non basteranno leggi più severe a controllare chi non sa gestire se stesso o il proprio dolore. Chi reputa di avere il diritto inappagato di essere amato, o che il suo dolore affettivo non sia stato rispettato, si serve della violenza fisica o psicologica, per rivalersi. Il dolore affettivo è causa delle più atroci sofferenze, è capace di invalidare la vita di chiunque,



Con Rita Levi Montalcini

di renderlo incapace di nuove relazioni, di lavorare, di essere un buon genitore, di vivere. C'è una grande attenzione culturale e sociale nei confronti della famiglia e dei bambini, trascurando in questo la coppia, che è cellula fondante della famiglia e di conseguenza condizione essenziale alla qualità di vita e di sviluppo dei figli».

Qual è la psicoterapia migliore?

«Quella che da i migliori risultati. In poco tempo: se ho bisogno di aiuto per risolvere un problema non posso pensare di risolverlo dopo anni. Sono necessari strumenti che dovrà essere il professionista a scegliere per me e solo per me, e sarà solo il risultato a contare. È fondamentale l'alleanza terapeutica che prevede, tra psicoterapeuta e paziente, ripartizioni di ruoli, competenze ed impegno reciproco, pragmatico al risultato. Sono solito evitare definizioni diagnostiche che spesso orientano il paziente alla miglior interpretazione della propria patologia. Per venir fuori da un brutto periodo è necessario tornare ad identificarsi in se stessi, rinunciando ad identificarsi nella propria malattia, anche se a questa ci si affeziona facilmente. Dei farmaci si abusa. Un ansiolitico non insegnerà mai a nessuno a credere nella propria capacità di affrontare la vita e di fare a meno del farmaco. Gli attacchi di panico non si curano, ma anzi peggiorano, quando si cerca di diventare dotati o capaci di controllarli, perché da questa eccessiva esigenza di controllo scaturiscono. I problemi sessuali peggiorano con il Viagra, che fa sentire sempre più autenticamente non potenti, delegando unicamente un eventuale successo alla magica pastiglia. Il calo di desiderio della coppia non si risolve con la ricerca del desiderio, ma alla scoperta della differenza che c'è tra questo e il piacere. Un antidepressivo non insegnerà mai a nessuno a guardare le cose con occhi nuovi. Invece, è proprio imparare a guardare le cose con occhi nuovi che serve in psicoterapia, e il mio compito è accompagnare i miei pazienti a farlo. Insieme, perché dal primo appuntamento in studio non saranno più soli, non avranno più un problema, noi avremo un problema, e insieme lo risolveremo».

L'ultima volta al Teatro Carignano tutti sono rimasti colpiti da un tuo discorso sul dolore...

«Ritengo che vada recuperata una cultura del dolore. Non abbiamo più la capacità di tollerarlo, di riconoscerlo come un aspetto naturale della vita, e questo ci rende deboli. Ad



'Insieme per Unicef' al Teatro Carignano

ogni malessere ricorriamo a medici e farmacisti per eliminarne ogni forma. Educiamo i nostri figli al non dolore e loro crescono impreparati a viverlo. Se soffriranno le pene d'amore rischieranno di diventare single per sempre per non soffrire più, o stalker per punire chi li a fatti soffrire. Deboli da un punto di vista immunologico, deboli da un punto di vista sociale e passivi alla cultura del dolore di altri. Il dolore è un attivatore di attenzione ed è necessario a promuovere cambiamenti. Le malattie che non lasciano scampo sono quelle che nascono e si sviluppano in modo asintomatico».

Pochi sanno che, Walter Comello è esperto in psicologia strategica, formatore incaricato in 'crisis management' dal Pcosc (Post Conflict Operations Study Center) nell'ambito del Peacekeeping Operation di UN, Nato; esperto in neuro-marketing, è autore di una ricerca in Decision Analysis con Strategic Decision Group Menlo Park (California) e svolge seminari per l'Università di Torino.

Non abbiamo parlato di tematiche ambientali ed Ecosystems onlus di cui sei presidente...

«Questa è un'altra storia... Teeton Lakota, capo Sioux diceva: 'Credo che le pietre respirino, ma non riusciamo a percepirlo con le nostre brevi vite...'» >>>

'150 anni della nostra storia' al Teatro Carignano



La buona medicina

Creatore del format 'Istinto alla Coppia', psicologo e psicoterapeuta, esploratore del mondo e dell'animo umano, Walter Comello ci insegna ad affrontare il dolore all'insegna dell'alleanza terapeutica

di GUIDO BAROSIO
foto FRANCO BORRELLI, DANIELE BOTTALLO e MANUELA GOMEZ