

ESISTENZIALISMO E SCIENZE UMANE

COLLANA DIRETTA DA DOMENICO BELLANTONI E DANIELE BRUZZONE

A cura di
Domenico Bellantoni

ESISTENZIALISMO
E RELAZIONE D'AIUTO

Prendersi cura di sé e dell'altro

FrancoAngeli

ESISTENZIALISMO E SCIENZE UMANE

Una collana dedicata alla comprensione dei fenomeni e delle problematiche dell'esistenza, alla luce di quella "ricerca di senso" che lo psichiatra Viktor E. Frankl (1905-1997), fondatore della Logoterapia e Analisi Esistenziale, considerava il criterio fondamentale per la conoscenza dell'umano.

DIREZIONE DELLA COLLANA

Bellantoni Domenico & Bruzzone Daniele

COMITATO SCIENTIFICO

Gerónimo Acevedo, Antonella Arioli, Leticia Ascencio de García, Thiago Avellar de Aquino, Alexander Batthyany, Scott Churchill, Jutta Clarke, Giuseppe Crea, Maria Luisa De Luca, Pina Del Core, Juan Pablo Diaz del Castillo, Claudio Garcia Pintos, José Luis Guinot Rodriguez, Vanna Iori, Arturo Luna Vargas, Maria Dolores Mangione, Magda Marconi, Maria Marshall, Efrén Martinez Ortiz, Raffaele Mastromarino, Maria Ángeles Noblejas de la Flor, Oscar Ricardo Oro, Aureliano Pacciolla, Ermanno Pavesi, Daniela Pavoncello, Furio Pesci, Ignazio Punzi, Francesco Reposati, Georges-Elia Sarfati, Stefan Schulenberg, Paola Versari, Alexander Vesely

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati
possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page
al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

ESISTENZIALISMO E SCIENZE UMANE

COLLANA DIRETTA DA DOMENICO BELLANTONI E DANIELE BRUZZONE

A cura di
Domenico Bellantoni

ESISTENZIALISMO
E RELAZIONE D'AIUTO

Prendersi cura di sé e dell'altro

FrancoAngeli

Grafica della copertina: Alessandro Petrini

Isbn: 9788835179207

Copyright © 2025 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore.
Sono riservati i diritti per Text and Data Mining (TDM), AI training e tutte le tecnologie simili. L'Utente
nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso
dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

INDICE

Introduzione	pag.	7
Bibliografia	»	10
 I. Relazione d'aiuto e crescita personale		
di Domenico Bellantoni	»	11
1. Relazione d'aiuto	»	13
2. Relazione e aiuto	»	18
3. Relazione è aiuto	»	23
4. Sintesi conclusiva del capitolo	»	26
Bibliografia	»	27
 II. Libertà e responsabilità nell'antropologia frankliana		
di Alessandro Tonon	»	31
1. Introduzione	»	31
2. La libertà secondo Viktor Emil Frankl	»	33
3. Libertà e responsabilità: un binomio indissolubile	»	52
4. Sintesi conclusiva del capitolo	»	68
Bibliografia	»	70
 III. Aver cura di sé, aver cura dell'altro e ricercare insieme il senso. Le radici filosofiche e logoterapeutiche del counseling		
di Mario D'Angelo	»	73
1. Introduzione	»	73

2. Aver cura di sé e aver cura dell'altro	»	75
3. La pratica degli esercizi spirituali, la ricerca di senso e l'esperienza dei valori	»	78
4. Sintesi conclusiva del capitolo	»	101
Bibliografia	»	105
IV. Il benessere psicologico tra soggettività e logica		
di Pietro Edmondo Pontremoli	»	109
1. <i>Demi-monde</i> delle parole e linguaggio confettura	»	109
2. Investigare il benessere psicologico	»	118
3. Sintesi conclusiva del capitolo	»	136
Bibliografia	»	137
Conclusione	»	139
Gli autori	»	143

INTRODUZIONE

*Ho trovato il senso della mia vita
nell'aiutare gli altri
a trovare il senso della loro vita*
(Viktor E. Frankl, 1905-1997)

A partire da Platone, il concetto di esistenza invita a considerare la vita dell'uomo, di ogni uomo, maschio o femmina che sia, come *proveniente da*, come legata strettamente ad altro da sé. In tal senso, *l'esistenza* trascende se stessa e rimanda alla sua origine – *da dove veniamo?* – e il suo fine – *dove andiamo?*. In tal senso, parlare dell'esistenza dell'uomo implica necessariamente il porsi dinanzi alla trascendenza e alla spiritualità, il fare riferimento a valori e modelli a cui orientare la propria crescita personale, vero scopo dell'esistenza di ciascuno di noi.

A questo riguardo, è innegabile come nessuno di noi cresca da solo. Basti ricordare il noto proverbio africano per cui “*per crescere un bambino ci vuole un intero villaggio*” a sottolineare come sia necessaria una pluralità di soggetti, si spera tra essi armonicamente inter-agenti, che collaborino nella delicata azione di prendersi cura ed educare la persona, fin dal suo venire al mondo o, meglio, fin dal suo concepimento.

In tal senso, l'uomo, ogni uomo, è “animale sociale”, relazionale, che nelle molteplici interazioni Io-Tu ha l'opportunità – non è mai qualcosa di deterministico, avulso dalla responsabilità personale – di comprendere e affinare il *perché* e il *per come* della propria vita, il suo senso e i molteplici significati da intercettare nei diversi eventi della vita.

Tale dinamica relazionale può presentarsi come più spontanea e occasionale – pensiamo alla miriade di “incontri” che ripetutamente facciamo nel nostro quotidiano: dal vicino di casa alla persona che incrociamo in metropolitana, dal passante che si ferma a chiederci un'informazione al

negoziante abituale o sporadico da cui effettuiamo i nostri acquisti, ecc. – oppure, come più riflessa e sistematica, da parte di coloro che, per ruolo professionale (ad esempio, gli psicologi o gli insegnanti) o a-professionale (ad esempio, i genitori), sono socialmente e attivamente impegnati nella cosiddetta “relazione d’aiuto”.

Ed è proprio su quest’ultima che il presente volume vuole focalizzarsi, offrendo una serie di riflessioni che siano opportunità di supporto e crescita per chi, a vario titolo, ha deciso o, comunque, si trova coinvolto a favorire la crescita dell’altro, all’interno di una relazione d’aiuto, appunto.

D’altra parte, come vedremo, chiunque voglia abbracciare tale funzione non potrà esimersi, proprio motivato dal voler aiutare l’altro, dall’impegnarsi in una iniziale e permanente formazione personale che lo renda sempre più efficace ed efficiente nel facilitare la crescita delle persone a lui affidate.

In tal senso, il volume raccoglie i contributi di autori diversi, ma accomunati dall’impegno, come psicoterapeuti o *counselor*¹, di porsi accanto al desiderio e all’esigenza di crescita manifestati dall’altro.

Il taglio è quello tipico delle scienze umane, dalla filosofia alla psicologia, con ampio riferimento anche a considerazioni di natura sociologica e socioculturale che favoriscano quella dinamica di contestualizzazione storica, di riferimento al “qui ed ora”, implicita nel concetto stesso di esistenza.

Nel dettaglio, il volume è strutturato in quattro capitoli, ciascuno dei quali a cura di un diverso autore.

Il primo capitolo – *Relazione d’aiuto e crescita personale* (D. Bellantoni) – apre il volume, offrendo innanzitutto una definizione di “relazione d’aiuto” (prima parte). Quindi, vengono individuate e descritte alcune tipologie di aiuto, sottolineando come lo scopo principe sia, appunto, il favorire lo sviluppo integrale della persona (seconda parte). Infine, si chiarisce che la “relazione”, oltre a rappresentare il “luogo” in cui si realizza l’aiuto, ne

¹ Nel presente volume si è scelto di uniformare i termini *counselor* e *counseling* scrivendoli con una “l”, va d’altra parte precisato che la tradizione statunitense, in cui origina il counseling segnatamente psicologico, ha sempre indicato tale attività come “counseling” con due “l”, a differenza della tradizione europea in cui tale attività ha riguardato tanto il counseling filosofico quanto quello psicologico (nota del curatore; cfr. Bellantoni, 2020, p. 18).

rappresenta anche lo strumento stesso, arrivando a divenire essa stessa “aiuto” alla persona che s’incontra e, anche, a colui che è operatore all’interno di tale relazione d’aiuto.

Il secondo capitolo – *Libertà e responsabilità nell’antropologia frankliana* (A. Tonon) – precisa la visione d’uomo sottesa alla tipologia di relazione d’aiuto concepita nell’intero volume. Le individualità, tanto di chi è aiutato quanto di chi aiuta, vengono considerate nella molteplicità della triplice dimensione biologica, psicosociale e noetico-spirituale, per cui l’uomo non è semplicemente determinato da fattori legati a istinti o impulsi, legato alla propria fisicità, alla storia di vita o al contesto socioculturale in cui si è inseriti bensì, per quanto condizionato da tali variabili, egli si pone sempre come eminentemente libero e responsabile delle proprie condotte.

Nel terzo capitolo – *Aver cura di sé, aver cura dell’altro e ricercare insieme il senso* (M. D’Angelo) – viene approfondito un tema fondamentale nell’ambito della relazione d’aiuto intesa come incontro esistenziale tra un Io e un Tu. Innanzitutto, il rapporto terapeutico, consulenziale o educativo si caratterizza essenzialmente come un accompagnamento progettuale verso una meta, uno scopo, un senso appunto. Inoltre, tale reciproco coinvolgimento comporterà non solo la crescita e l’attenzione alla cura dell’altro, ma anche quella relativa a chi si pone nel ruolo di chi aiuta o facilita la crescita dell’altro. In tal senso, si ribadisce l’importanza di essere innanzitutto modelli di ciò che si propone all’altro, nella consapevolezza che non si può dare se non ciò che già si possiede o, almeno, si persegue.

Conclude il volume il quarto capitolo – *Il benessere psicologico tra soggettività e logica* (P.E. Pontremoli) –, all’interno del quale viene evidenziato come il perseguimento del benessere esistenziale dei due (almeno) protagonisti della relazione d’aiuto non si esaurisce in una visione soggettiva, ma si estende necessariamente all’ambito dei valori e delle considerazioni trascendenti, che la logica è in grado di intercettare e di applicare al contesto della relazione d’aiuto.

Alla fine, i quattro contributi, ciascuno per la sua parte, concorrono ad arricchire la visione d’insieme della relazione d’aiuto, sottolineando evidenze, offrendo spunti di riflessione e suscitando spunti di riflessione e suscitando questioni e interrogativi nel lettore, stimolato a definire un

proprio profilo e un proprio quadro di riferimento deontologico nell'esercizio della relazione d'aiuto in cui si è o ci si intende coinvolgere.

Bibliografia

Bellantoni D. (2020), *Promuovere condotte inclusive. Counselling e ricerca di senso*, Milano, FrancoAngeli.

I. RELAZIONE D'AIUTO E CRESCITA PERSONALE

di Domenico Bellantoni

*Nessuno di noi è giunto dove è
unicamente per essersi issato da solo.
Siamo qui perché qualcuno
si è chinato e ci ha aiutato.*
(Thurgood Marshall, 1908-1993)

Le relazioni d'aiuto si manifestano in tantissime modalità e situazioni, alcune attraverso atteggiamenti di enorme dedizione, quasi come veri e propri atti d'eroismo, altre invece attraverso azioni quotidiane e ordinarie. In tal senso, non esiste aiuto che non passi attraverso una relazione, così come, al contrario, è nella mancanza di relazione che va rintracciata la radice dei "blocchi" relativamente alla crescita personale di un individuo.

In qualche modo, ciascuno di noi aiuta ed educa gli altri in maniera più o meno consapevole, attraverso le relazioni che stabilisce, soprattutto verso i tanti soggetti in età evolutiva che incontra nei propri contesti familiari, professionali e, anche e soprattutto, quotidiani e informali. Infatti, volente o nolente, ognuno educa con ciò che è. Inoltre, non può essere un alibi questa o quella situazione, le caratteristiche di questa o quella persona, "attaccandosi" a una presunta impossibilità nello stabilire una relazione, nell'educare o nell'aiutare. Ciascuno di noi è chiamato a fare ciò che può, con ciò che è e con ciò che ha, senza lasciarsi intimidire o avvilito da condizioni avverse: ognuno fa ciò che può.

A volte si tratta di mettere in tavola un pasto decente con ciò che ci ritroviamo in frigo; magari. Magari, non riusciremo a preparare ciò che avremmo voluto, non vi troveremo gli ingredienti che avremmo desiderato, ma potremo comunque provvedere, in qualche modo, a sfamarci e a sfamare coloro che aspettano da noi il pasto¹.

¹ In questa metafora riprendo il libro Luigi Maria Epicoco (2020) che l'applica ai temi dell'amore, della santità e delle relazioni in famiglia.

A questo riguardo, si tratterà di non attendere di essere “perfetti” come persone o come educatori; o, ancora, di avere a che fare con ragazzi e giovani “perfetti”; o, infine, di poter disporre delle condizioni o dei mezzi “perfetti” per iniziare, o continuare, a “darsi una mossa”, a impegnarsi, a compromettersi con l’altro e con l’educare e l’aiutare.

Ciò esige da parte di tutti, e di ciascuno – comincerà chi se la sentirà, senza aspettare che altri lo facciano prima o che gli “aprano la strada” –, un cambio di mentalità, una “conversione” riguardo al senso che si vuole dare alla propria esistenza, quel senso che Frankl (1905-1997) – psichiatra viennese, fondatore dell’approccio di psicologia della Logoterapia e Analisi esistenziale – riconobbe nel mettere la propria vita a servizio degli altri o, meglio, nell’aiutare gli altri a trovare il senso della loro esistenza.

In tal senso, può essere utili confrontarsi con i grandi ideali e con i testimoni eroici che ci offre la storia dell’umanità – Madre Teresa di Calcutta, Gandhi, Martin Luther King, ecc. –, ma ciò non deve distoglierci dal nostro impegno, nel qui ed ora, verso coloro che la vita ci mette accanto, ci fa incrociare o verso i quali possiamo renderci prossimi.

Non siamo noi a chiedere alla vita che senso abbia, ma è la vita stessa che ci chiede di agire in risposta agli appelli che ci vengono dalle occasioni del nostro quotidiano. In tal senso, per Frankl il senso della vita rimanda a cogliere come significativi i vari appelli che provengono dai diversi eventi dell’esistenza, dagli svariati “incontri” con persone e circostanze, a cui siamo chiamati a rispondere con l’agire responsabile (Frankl, Kreuzer, 1995, p. 64)².

Questo capitolo – che si colloca all’interno di un libro sulla relazione d’aiuto dal punto di vista della psicologia esistenziale e, più specificamente, della Logoterapia e Analisi Esistenziale di Viktor E. Frankl – svilupperà questo tema focalizzandosi su tre diversi nuclei argomentativi, ciascuno dei quali sarà proposto in uno specifico sottocapitolo:

² Di questo stesso avviso è anche un altro grande esistenzialista, Jean-Paul Sartre (1905-1980). Una differenza tra Frankl e Sartre, tuttavia, sta nel fatto che mentre il primo ritiene che la vita abbia un senso in se stessa e che alla persona tocchi di *scoprirlo* e personalizzarlo, il secondo ritiene che la vita non abbia alcun senso e che solo l’uomo possa darglielo, *costruirlo*. Ad esempio, dello stesso avviso del filosofo francese è anche lo psicoterapeuta esistenzialista Irvin Yalom (1931-vivente).

- 1) *relazione d'aiuto*, che offrirà di questa una definizione e i suoi aspetti distintivi;
- 2) *relazione e aiuto*, che prenderà in considerazione le diverse modalità di aiuto che possono essere offerte alla persona;
- 3) *relazione è aiuto*, in cui si sarà sottolineato come la relazione stessa rappresenti lo strumento principe e la via obbligata di qualsiasi forma di aiuto interpersonale.

I. Relazione d'aiuto

Nel parlare di “relazione d'aiuto” considereremo qualsiasi forma di rapporto, formale o informale, partendo da quelli di natura più spontanea e a-professionale (genitori, adulti significativi in genere, volontari, ecc.) per andare verso per quelli più professionali, di tipo educativo o clinico (insegnante, psicologo, psicoterapeuta, medico, ecc.). Tale trasversalità sarà possibile in quanto ci occuperemo di ciò che è comune in queste forme di aiuto, e cioè della relazione come fattore a-specifico di efficacia, capace di aiutare o di rendere più produttivo il raggiungimento di uno specifico obiettivo.

Proprio per questo approccio alla relazione d'aiuto, prenderemo in prestito da Carkhuff (1990, p. 41) la denominazione dei due (almeno) protagonisti coinvolti nell'aiuto: l'*helper* (= H., “colui che aiuta”) e l'*helpee* (h., “colui che è aiutato”).

Per quanto riguarda, invece, la definizione di “relazione d'aiuto” faremo riferimento a Carl Rogers – il padre della relazione d'aiuto intesa come relazione empatica – che la descrive come

una relazione in cui almeno uno dei due protagonisti ha lo scopo di promuovere nell'altro la crescita, lo sviluppo, la maturità e il raggiungimento di un modo di agire più adeguato e integrato. L'altro può essere un individuo o un gruppo. In altre parole, una relazione di aiuto potrebbe essere definita come una situazione in cui uno dei partecipanti cerca di favorire in una o ambedue le parti, una valorizzazione maggiore delle risorse personali del soggetto ed una maggior possibilità di espressione (1970, p. 68).

Lo stesso autore, in chiave più spiccatamente fenomenologico-esistenziale definisce la relazione d'aiuto come "un rapporto in cui si cerca di promuovere nell'altro la maturazione, il funzionamento ottimale e la capacità di affrontare la vita" (Rogers, 1993, p. 123).

In tal senso, una caratteristica della relazione d'aiuto, così come sopra definita, è la sua "asimmetricità", insita nel fatto che c'è chi aiuta e chi è aiutato. Pertanto, pur nella pari dignità dei due protagonisti – fondata sul fatto che condividono la stessa natura umana –, va registrata la *diversità* nel ruolo e nel complesso dei diritti e dei doveri³.

Quindi, ferma restando l'esigenza del rispetto riguardo il reciproco valore dei due protagonisti in quanto persone, esiste certamente una diversità in termini di ruoli. Ad esempio, l'H. ha il dovere di prendersi cura dell'h., mentre non è necessariamente vero il contrario; ancora, il ruolo di H. rimanda necessariamente a una maturità umana e, quando è il caso, professionale laddove per l'h. è ipotizzabile una qualche immaturità, carenza, bisogno a cui la relazione d'aiuto è chiamata a rispondere. Ciò significa, che sarà sempre l'H. ad essere in funzione dell'h. e non viceversa.

Secondo Frankl, l'esistenza dell'uomo si caratterizza come "un essere-in-relazione" (2018, p. 33), d'altra parte tale esigenza esistenziale può essere rimossa dalla persona nel ripiegamento su se stessa. D'altra parte, tale esistenza si caratterizzerebbe come nevrotica, non orientata a come dovrebbe essere. Da tale rischio non risulta esente neppure l'educatore o, comunque, chi si rivolga all'altro per essergli, in qualche modo, di aiuto. È "fenomenologico" nel senso che rientra nell'esperienza di ognuno di noi, come molte persone, che per ruolo dovrebbero porsi l'obiettivo della crescita e dell'aiuto rivolto all'altro, in realtà manifestino di essere egocentricamente rivolte a se stesse, ai propri interessi e al proprio riconoscimento.

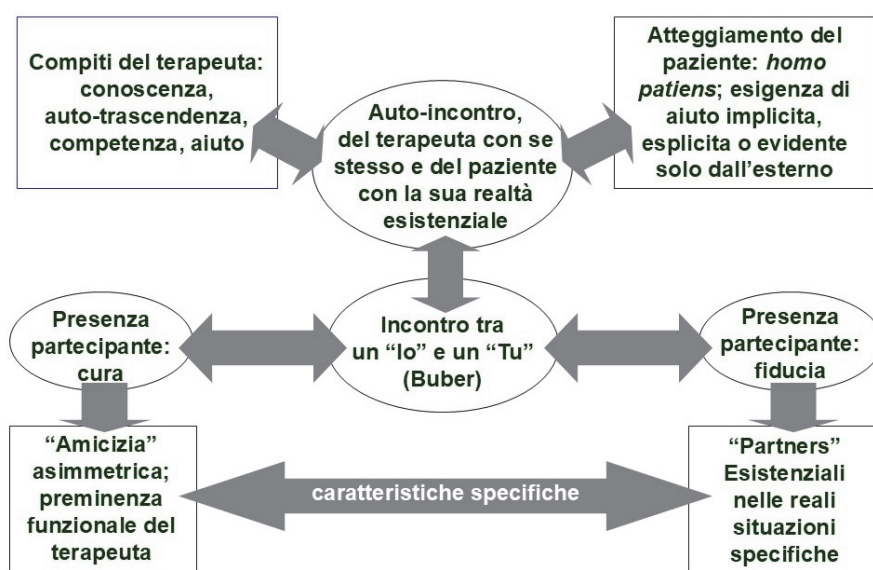
Pertanto, diventa fondamentale l'aspetto motivazionale dell'H., da cui

³ Con riferimento al linguaggio matematico, il concetto di "differenza" implica per sua stessa natura che i valori in gioco si presentino come entità quantitativamente differenti, con l'uno maggiore dell'altro; infatti, in caso contrario non ci sarebbe differenza o, meglio, questa corrisponderebbe a 0. Invece, il concetto di "diversità" non implica una differenza quantitativa dei valori in gioco, con uno maggiore e l'altro minore. Ecco perché, appunto, applicando questa riflessione al tema in esame, possiamo dire che nella relazione d'aiuto tra *helper* e *helpee* esiste una diversità di ruolo ma non una differenza di dignità e valore.

conseguire la necessità della formazione e dell'autoformazione in funzione di una formazione permanente di chi si trovi o voglia coinvolgersi nelle relazioni d'aiuto, a qualsiasi livello, professionale o a-professionale, in funzione dell'effettivo bene e della crescita personale dell'h., come esigito dal valore e dalla dignità individuale di quest'ultimo e dal concetto stesso di cura (Capizzi, Scatolini, 2004, p. 448).

Non è sufficiente essere disponibili ad aiutare, bisogna esserlo anche ad essere aiutati. E questa è forse la maggiore difficoltà in una *relazione d'aiuto*. Proprio l'apparente superiorità di chi aiuta rende scomoda la posizione di chi ha bisogno. Compito di una formazione alla relazione d'aiuto dovrebbe quindi essere una sua "normalizzazione", equiparando le due estremità della freccia anche se non dovessero essere sullo stesso piano (Porena, 2017, p. 462).

Figura I. Relazione d'aiuto centrata sull'incontro



(adatt. da Acevedo, 1985, p. 193; Bellantoni, 2011b, p. 128; 2015, p. 20)

Per esprimere in maniera anche grafica quelli che sono gli elementi essenziali di una relazione d'aiuto, in particolare caratterizzata secondo

un approccio esistenziale, riportiamo un nostro precedente adattamento di uno schema proposto da Geronimo Acevedo (cfr. Fig. 1), psicoterapeuta argentino che ebbe il merito di introdurre in America Latina l'approccio frankliano⁴.

Lo schema permette di evidenziare una serie di elementi funzionali allo sviluppo della presente trattazione.

Innanzitutto, entrambi i ruoli coinvolti dalla relazione d'aiuto – tanto l'*helper* quanto l'*helpee* – necessitano che si sia presenti a se stessi, in contatto con il proprio mondo interiore, con i propri dinamismi, stati d'animo, atteggiamenti, motivazioni, desideri, coinvolgimenti e condizionamenti. Chiaramente, tale esigenza sarà presente in misura diversa nell'*helper* e nell'*helpee*, o questo perlomeno all'inizio. Infatti, ciò che nello schema è definito come "auto-incontro", e cioè un incontro con se stessi che preceda esistenzialmente l'incontro con l'altro o, almeno, si stabilisca tra le due forme d'*incontro* un circolo virtuoso, in cui una forma promuova l'altra e viceversa. Ebbene, tale forma di "contatto" con se stessa è esigita innanzitutto nell'*helper* che – oserei dire deontologicamente – dovrà garantire e promuovere continuamente tale contatto con se stesso funzionalmente all'esercizio stesso del proprio ruolo e della propria capacità di aiutare l'altro, anche favorendo in questi una parallela forma di contatto intimo, personale.

Infatti, laddove tale contatto non sia adeguatamente presente nell'*helper* ciò potrà comportare il rischio di una manipolazione, anche inconsapevole, dell'*helpee*, che potrà essere orientato a rispondere non tanto alla propria esigenza di crescita quanto piuttosto ad eventuali bisogni irrisolti nell'*helper*.

Ad esempio, un insegnante che non sia in contatto con le proprie insicurezze e senso di inadeguatezza potrebbe inconsapevolmente rapportarsi agli allievi mosso principalmente da un bisogno di riconoscimento e non piuttosto dal promuovere la personalità scolastica e l'apprendimento dello studente affidatogli.

⁴ Una descrizione dello stesso schema è offerta anche in un mio più recente contributo (Bellantoni, 2023, pp. 95-99), in cui sono anche presentate operativamente le diverse competenze comunicative funzionali allo stabilirsi e alla conduzione della relazione d'aiuto secondo il modello esistenziale.

Spostandoci verso il riquadro in alto, sulla sinistra dell'ovale dell'auto-incontro, troviamo quelle che sono le competenze altre dell'*helper*, che non possono chiaramente essere limitate a quella del contatto con se stesso. Queste faranno riferimento ai tre livelli del *sapere* (conoscenze teoriche), *saper essere* (atteggiamenti e valori personali e professionali) e *saper fare* (competenze operative relative al compito dell'*aiutare*).

In particolare, il “saper essere” dell'*helper* dovrà essere caratterizzato, in senso eminentemente esistenziale frankliano, ad un atteggiamento di autotrascendenza, orientato a valori appunto trascendenti – che superino cioè i propri interessi egoistici e privatistici –, quelli che Maslow stesso definiva i “valori dell'essere” (*Being Values*, 1968, p. 83).

Riguardo, invece, all'atteggiamento dell'*helpee* (riquadro in alto, a destra), l'approccio frankliano prevede che venga promossa quella che l'autore viennese definisce l'“attitudine dell'*homo patiens*” che, oltre la realizzazione basata sul successo professionale (*valori di creazione*) o sul poter godere di esperienze positive e piacevoli (*valori di esperienza*), sarà in grado – nell'impossibilità di una realizzazione personale ai primi due livelli – di mostrarsi ultimamente libero nel fronteggiamento – e non necessariamente nella risoluzione, quando questa non sarà perseguibile – delle situazioni avverse (*valori di atteggiamento*).

Altro elemento fondamentale che riguarda l'*helpee* sarà che questi dovrà essere “portatore” di una, più o meno esplicita, richiesta di aiuto. Questa, a volte, potrà risultare evidente unicamente all'osservatore esterno, mentre sarà assolutamente inconsapevole alla persona interessata. Riguardo tale domanda d'aiuto, sarà importante, da parte dell'*helper*, essere in grado di operare un'adeguata “analisi della domanda”, suscitando nell'*helpee* un'esplicita richiesta di aiuto. Il rischio, laddove tale domanda d'aiuto non emerga, potrebbe anche riguardare un atteggiamento sostitutivo da parte dell'*helper*, con conseguente possibilità di innescare e cristallizzare un atteggiamento di dipendenza e di auto-incapacitazione nell'*helpee*.

Sempre seguendo lo schema della Figura 1, vediamo come l'incontro esistenziale Io-Tu, tra *helper* e *helpee*, sarà caratterizzato da un atteggiamento di cura, da parte del primo, e da una posizione di fiducia totale, da

parte del secondo. Il non darsi di una delle due posizioni reciproche porrà fine o renderà disfunzionale, prevedibilmente inefficace, la stessa relazione d'aiuto⁵.

Infine, lo schema evidenzia due importanti caratteristiche della relazione d'aiuto, nel senso che essa si presenta, come già evidenziato, di natura "asimmetrica", con lo stabilirsi di una "partnership" esistenziale limitata però agli specifici obiettivi e allo specifico contesto di quella particolare relazione d'aiuto.

Nel prossimo punto, passeremo a considerare alcuni tra i principali obiettivi che possono essere contemplati all'interno della relazione d'aiuto.

2. Relazione e aiuto

Una prima, importante distinzione circa gli obiettivi di una relazione d'aiuto è quella relativa ai concetti di *cure* e *care*. In effetti, i due verbi inglesi – *to cure* e *to care* –, con fonemi e grafemi assai simili, rimandano a significati diversi: mentre il primo significa "curare", il secondo rimanda piuttosto a "prendersi cura, preoccuparsi per".

Alla *cure* sono associate azioni quali ripristinare lo stato di salute, il porre rimedio, il riparare. Alla *care* sono associate azioni quali il monitorare, il proteggere, il dedicare attenzione, l'essere pensosi, l'avere considerazione (Mortari, 2006, p. 47).

Tale distinzione è, in realtà, di assoluta importanza e va a riprendere e valorizzare quanto esposto da Frankl in riferimento a quella visione dell'*homo patiens* cui abbiamo già accennato: in effetti, anche laddove non sia più possibile "ripristinare lo stato di salute" del paziente, ciò non significa che non si sia chiamati, come evidenzia anche l'American Medical Association, a dare comunque attenzione, a "consolare" il paziente:

⁵ Riguardo al tema della "cura", nell'ultima sezione di questo capitolo, descriveremo la diversità nella complementarità dei concetti, espressi in lingua inglese, di *cure* e *care*; per quanto riguarda, invece, il tema della fiducia, va detto che fin dall'inizio della relazione l'*helpee* mette in atto, nei confronti dell'*helper*, una sorta di test di affidabilità, in funzione del confermare o meno la propria intenzione ad autorivelarsi.

Il medico deve anche consolare l'anima. Questo non è soltanto il compito della psichiatra. È il dovere di ogni medico pratico (Frankl, 2021b, p. 193).

Si considera, dunque, che anche la relazione medico-paziente si caratterizzi come un rapporto uomo-uomo che salvaguardi dalla inumanità della tecnica, evitando la cosificazione della persona in condizioni di malattia e, a volte, finanche di malattia incurabile o cronica. D'altra parte, la psicoterapia – compresa la “cura medica dell'anima” (la *care*) – non potrà mai arrogarsi il diritto di rimpiazzare la cura sacerdotale dell'anima (Frankl, 2021b, p. 194).

Al di là di questa fondamentale distinzione, chiaramente, sono diverse le tipologie di aiuto che possono essere richieste e rivolte agli *helpees*, da parte degli *helpers*. Tali “aiuti” dipenderanno evidentemente dai contesti all'interno dei quali la relazione si colloca: andiamo dalla riduzione del sintomo, nei contesti clinici, all'apprendimento scolastico e comportamentale, in quelli scolastico-educativi; dall'orientamento accademico e professionale a quello esistenziale che, in aggiunta alla risoluzione sintomatica, è tipico proprio dell'approccio frankliano. In generale, va considerata, indipendentemente dal contesto, l'esigenza di una crescita personale e nel promuovere la capacità di fronteggiamento delle varie situazioni considerate.

Nell'ambito della relazione d'aiuto esistenziale e segnatamente frankliana, indipendentemente dalla domanda d'aiuto posta dall'*helpee*, l'*helper* è mosso dal favorire nella persona una crescita olistica ed armonica di tutte le sue qualità.

In tal senso, se l'accettazione della persona, per come si presenta alla relazione d'aiuto, diventa il punto di partenza inevitabile, ciò che guiderà il percorso sarà orientato al “dover essere” della persona, chiamata a diventare pienamente ciò che potenzialmente è.

In tal senso, Frankl stesso, rivolgendosi al paziente, indicava come obiettivo fondamentale della relazione d'aiuto non una semplice riduzione/eliminazione dei sintomi, bensì una più globale crescita della persona orientata a una messa in atto delle sue potenzialità: