ERNESTO SPINELLI: UN'INTERVISTA
Esplorando il pensiero di uno dei maggiori psicoterapeuti esistenziali

Gianfranco Buffardi e Renato Massimiliano Buffardi

Breve scheda biografica di Ernesto Spinelli

Il professor Ernesto Spinelli è considerato internazionalmente come uno dei maggiori esponenti contemporanei, formatori e teorici di quella che è nota come "The British School" dell'analisi esistenziale applicata alla psicologia e alla psicoterapia e, più recentemente, alle aree correlate del coaching e alla mediazione familiare.

Nato in Italia (tra l'altro nipote di Alterio Spinelli, il politico italianano promotore del Manifesto di Ventotene), a pochi anni di età si trasferisce con la famiglia in Canada: consegue la laurea in Psicologia presso la McGill University, Montreal Canada; completa il Master in Psicologia dello sviluppo (1971) presso l'Università di Manchester, e il suo dottorato di ricerca in Psicologia presso l'Università del Surrey, Inghilterra (1978).

Negli anni tra il 1988 e il 2008 è stato prima ricercatore e poi docente e formatore presso la Scuola di Psicoterapia e Counseling del Regent's College di Londra, scuola di cui è stato Academic Dean (preside) dal 1997 al 2003. Nel 1999 ottiene la Personal Chair come professore di Psicoterapia, Counseling e Counseling Psicologico.

Quale psicoterapeuta esistenziale, registrato all'UKCP, un'associazione professionale di organizzazioni e professionisti della psicoterapia nel Regno Unito che corrisponde grosso modo all'ordine nazionale degli psicologi in Italia, è membro della British Psychological Society (BPS) e della British Association for Counseling and Psychotherapy (BACP) nonché executive coach e coaching accreditato APECS, l'Association for Professional Executive Coaching & Supervision, in qualità di supervisore.

Ernesto è membro della Society of Existential Analysis (SEA), fondata da Emmy von Deurzen, un ente scientifico che ha, tra l'altro, il compito di valutare i programmi di formazione di tutte le scuole di terapia esistenziali nel mondo anglofono. Di questa associazione ne è stato il presidente (chair) dal 1993 e 1999. È stato Direttore di ES Associates, un'organizzazione dedicata alla promozione della psicoterapia, del coaching e della mediazione attraverso seminari e corsi di formazione e programmi specialistici.

Ha ricevuto per ben due volte un award per la psicologia ed il counseling dalla BPS (British Psychological Society): nel 2000 per contributi eccezionali al progresso della professione e nel 2019 per essersi distinto nel contributo alla pratica terapeutica.

Le numerose pubblicazioni e libri di testo di Ernesto compaiono nelle bibliografie di numerosi programmi di formazione nel Regno Unito, Nord America, Australia ed in Europa. Il suo *Practicing Existential Therapy: The Relational World*, (la 2a edizione è del 2015) è stato

DOI: doi.org/10.36131/psichpsicoterapia25010202
Sottomesso Settembre 2024, accettato Febbraio 2025

 © Giovanni Fioriti Editore s.r.l.

riconosciuto come il testo contemporaneo più influente sulla pratica terapeutica esistenziale.

Altro suo testo fondamentale è *The mirror and the hammer*; *challenges to therapeutic orthodoxy*, pubblicato da SAGE nel 2001. In Italia è stata pubblicata l'edizione italiana (una ri-edizione in lingua italiana, non solamente una traduzione) del dialogo tra Ernesto Spinelli e Gianfranco Buffardi con il titolo *Del significato e dell'esistenza* (2020), dall'originale inglese pubblicato dalla SEA: *Dialogues on the search for meaning in existential therapy.*

Negli anni più recenti il Prof. Ernesto Spinelli si sta dedicando con passione alla sua opera di giallista: è infatti in completamento il suo terzo libro giallo, del genere hard-boiled, ma i suoi personaggi hanno tutti un vissuto esistenziale molto ben tratteggiato.

Il suo rapporto con l'Italia è chiaramente sostenuto dalle sue origini, ma si è consolidato nell'ultimo decennio, da quando ha partecipato nel 2014 al Primo Congresso Italiano di Psicoterapia Esistenziale, presso l'Università Europea di Roma, e con il supporto costante che accorda alla Scuola di Psicoterapia neoEsistenziale di Napoli.

Intervista a Ernesto Spinelli

L'incontro con Ernesto Spinelli avviene on-line. Il Prof. Spinelli si esprime in ottimo italiano ma la lingua che sente come propria è l'inglese. Pertanto le domande saranno poste da uno degli autori in italiano, Ernesto Spinelli replicherà dalla sua casa di Londra in inglese. La versione italiana qui redatta è a cura di chi dei due autori ha condotto materialmente l'intervista (R.M. Buffardi):

R.M.B.: quanto è importante la filosofia in psicoterapia?

ES: ebbene, tutte le terapie hanno basi filosofiche, alcune di queste basi sono molto più esplicite, altre restano implicite, ma tutte le terapie si basano su un insieme di presupposti o principi di base che sono fondamentalmente filosofici; tra questi: cosa significa essere un'esistenza umana? quali potrebbero essere le preoccupazioni che sorgono riguardo all'essere umani?

Pertanto, considerando la psicoterapia in generale, la filosofia è davvero importante: infatti, se la terapia così come viene praticata non si accorda alla filosofia di fondo, nasce un problema. Dal punto di vista della pratica applicazione, invece, la filosofia necessita al terapeuta, non al cliente; essa è una guida per il terapeuta.

Tra i terapeuti esistenziali si dibatte molto su questo tema. Alcune pratiche di terapia esistenziale pongono la filosofia in primo piano. Dicono al cliente "Heidegger ha detto questo" oppure "questo è un presupposto filosofico" e così via. Personalmente, cerco di evitare ciò perché il mio scopo non è educare il cliente al pensiero esistenziale; ritengo che, a volte, ci sia un po' di supponenza [da parte del terapeuta].

A volte potrebbe essere utile buttar fuori un'idea che qualche filosofo propone per vedere come risuona per il cliente, ma il farlo al fine di istruzione o insegnamento o nel tentativo di convincerlo ad accettare idee esistenziali, mi sembra inappropriato.

È il caso che precisi, prima di proseguire, che il modello [la natura] della terapia

esistenziale è così ampio che esistono molte interpretazioni diverse di cosa sia la terapia esistenziale, e probabilmente tutte hanno ragione (ride). Posso solo darti la mia interpretazione.

Cosa pensa della critica che più frequentemente viene sollevata contro la terapia esistenziale, quella di non avere una tecnica?

Questa è una delle critiche. Penso che la critica più comune rivolta alla terapia esistenziale sia che essa sia una terapia troppo di "testa", troppo nella testa, che abbia troppe idee, è di fatto una filosofia; ma ritengo che questo sia un grosso malinteso, perché la terapia non deve essere così. Considero ogni buona filosofia come qualcosa di pratico e non solo un insieme di idee con cui posso gingillarmi nella mia testa. Pertanto, vedo la terapia esistenziale come un approccio molto orientato alla pratica e per questo non sono d'accordo con le solite preoccupazioni che vengono sollevate [sull'assenza di tecniche (n.d.a.)], ma so che sono presenti, e le persone appena sentono "terapia esistenziale" affermano: "Oh, quella sarà così intellettuale" e questo così, quell'altro colì…. la gente comune [non competente (n.d.a.)] potrebbe pensare che non ne ricaverebbe nulla. Quindi, temo che sia così, ma tornando alla tua domanda, la mancanza di una serie di tecniche o di un manuale o qualcosa del genere, ancora una volta dipende da come la intendi: per me, questo è un grande vantaggio più che un problema. Penso che sia possibile criticare la terapia esistenziale perché è troppo caotica, troppo disordinata, ma io direi che tutto ciò, comunque, molto umano; siamo esseri disordinati, caotici, non siamo come i manuali.

Come potrà evolvere in futuro, secondo lei, la psicoterapia in generale, intendo qualsiasi tipo di psicoterapia?

Sono molto preoccupato per la direzione che sta prendendo la psicoterapia. Molti anni fa c'era uno psichiatra ungherese-americano, Thomas Szaz. Era un grande critico di qualsiasi idea di malattia mentale e la sua grande preoccupazione era che la psicoterapia diventasse sempre più parte di una sorta di ampio sistema medico governativo. Era molto contrario a quell'idea perché pensava che nel momento in cui le organizzazioni più importanti, che fossero state il governo di una nazione o la comunità medica internazionale, avessero influenzato la psicoterapia, questa avrebbe perso molta della sua efficacia e molta della sua unicità. Sfortunatamente, penso che le sue previsioni siano probabilmente corrette. La mia preoccupazione, certamente qui nel Regno Unito, è che la psicoterapia sia sempre più legata all'intervento medico, all'intervento sul trattamento, all'assistenza curativa, a volte all'istruzione; quindi, in generale ha un atteggiamento medico, ma ciò che per me è più rilevante della terapia esistenziale in particolare è che si oppone a quella visione della psicoterapia in generale. La terapia esistenziale riconduce l'idea di terapia al suo significato originale greco, di essere sintonico con la presenza dell'altro, di cercare di entrare nel mondo vissuto del cliente, così come viene da esso vissuto. In questo senso, non si tratta di cercare di modificare in modo diretto [il comportamento di] il cliente o

di migliorare la sua vita, si tratta di favorire la sua consapevolizzazione: come vedi te stesso, come sperimenti te stesso. Continuo a pensare che questo sia in realtà il maggiore (probabilmente il più potente) effetto della terapia; perché per prima cosa il cliente si trova di fronte a un'altra persona che non gli sta dicendo che ha torto, che è cattivo, ma fondamentalmente sta cercando di dire "guarda come sei realmente, che cosa stai esperendo, come pensi, come ti senti, cosa succede per te nel tuo corpo, senza che tu provi a muoverlo direttamente, ma lasciandolo lì fermo insieme a te". Penso che le altre terapie non vadano affatto in questa direzione, hanno adottato completamente un punto di vista medico. Quindi, mi immagino che sempre più spesso in futuro la terapia esistenziale non potrà essere più definita terapia, ma dovremmo inventare un nuovo termine per indicarla. Penso che la terapia in generale si stia muovendo in una direzione che sta quasi smarrendo il suo scopo originale e penso che ci siano già alcune prove che nel complesso l'efficacia della terapia è diminuita; questo perché penso che gli psicoterapeuti siano stati addestrati a dipendere dai loro manuali; e fare la "cosa giusta" e cambiare la persona; e penso che ciò che sia andato perduto sia il fatto che la maggior parte delle volte si ricerca il cambiamento, ma che invece la vera sfida sia incontrare qualcuno che sta cercando di abbracciarti per come sei e permettere a te di abbracciarti per come sei.

Parlando della terapia esistenziale, quale specificità essa rappresenta? che tipo di intervento e quali modalità propone?

A mio avviso, per come la intendo io, il compito principale del terapeuta esistenziale è entrare nel mondo vissuto del cliente, nel modo più accurato possibile, non solo per le sue necessità di terapeuta, ma per il bene del cliente, in modo che i clienti, in un certo senso, smettano di vedere se stessi in un modo spesso molto superficiale, a volte piuttosto distorto e disonesto, e si confrontino effettivamente in modo più veritiero e più onesto. Quindi, per me, il punto su cui è incentrata la terapia esistenziale è il processo di apertura all'esterno che mostra il modo in cui la vita è vissuta per me. Ora, è il caso di sottolinearlo, il presupposto è che l'atto stesso di aprirsi crea in sé una sensazione di movimento, di possibilità di movimento, sensazione che prima non era sperimentata dal cliente. Consente non solo una consapevolezza introspettiva, ma anche in realtà nuovi modi di vedere il proprio essere e talvolta di riconoscere che il modo in cui sono, per quanto doloroso sia, è anche un dono per me, mi sta anche dando qualcosa che io non voglio perdere; e se io lo vedessi, il dolore che sto provando cambierebbe per me, perché ora è mio, ora è qualcosa di cui sono più responsabile di quanto pensassi di esserlo, o di quanto mi sono consentito di crederlo. Dunque, io vedo la terapia esistenziale focalizzata principalmente su un percorso di comprensione, di significare e comprendere, non solo sul significato intellegibile, ma anche sul significato vivo, sul significato incarnato. In questo senso, le sue tecniche, il suo modo di lavorare, dipendono in gran parte dalla creatività del terapeuta e dalla volontà, da parte del terapeuta, di rimanere con il cliente piuttosto che di farlo avanzare, di renderlo diverso in qualche modo, cosa che sembra facile, ma in realtà che è la cosa più difficile da ottenere. Quindi, vedo la terapia esistenziale focalizzata principalmente su quel tentativo di comprendere e, attraverso esso, di consentire

l'appropriarsi dell'esperienza vissuta una volta piuttosto che di rinnegarla, che escluderla, un dissociarsi da pensieri, comportamenti o sentimenti. Esistono vari libri, compreso il mio, che parlano di come praticare la terapia esistenziale, ma sono solo delle linee guida. Nessuno che conosco, me compreso, mette in pratica già dall'inizio ciò che è esposto nel libro [ride]. Ci deve essere flessibilità in questo. Il pericolo è quando diventi troppo schiavo del manuale o della tecnica e non consenti a te stesso di penetrare nell'incertezza di ogni incontro di valore; ogni incontro che abbia un impatto valoriale avrà in sé molta incertezza, non saprai dove sta andando, dove ti porterà e così via. Uno dei pericoli della terapia moderna è che i terapeuti abbiano paura, o hanno appreso ad avere paura, a non seguire le linee guida, a non sapere sempre dove stanno andando, a non essere sempre quell'esperto sempre due passi avanti ai loro clienti. Penso che sia davvero contrario al lavoro esistenziale.

La terapia esistenziale può essere indicata per tutti? Quali sono le indicazioni e le controindicazioni?

In linea generale, direi di sì, e probabilmente sarà così: la terapia esistenziale può essere utile a tutti, ma ciò dipende, credo, non tanto dal malessere presentato dal cliente, piuttosto dipende dalla capacità o dalla volontà del terapeuta di restare con quel cliente mentre sono reciprocamente coinvolti. Se come terapista riesco a vedere la terapia solo come uno strumento di parole, allora sarà praticamente impossibile per me lavorare con qualcuno che ha molta paura di esprimersi a parole, o che non sia in grado di esprimersi correttamente, o che si limita a urlare le parole [senza dar loro il giusto valore (n.d.a.)]. Il punto centrale è la flessibilità del terapeuta. Conosco alcuni terapisti, ad esempio in Australia, che praticano la terapia esistenziale, ma non parlano, non dicono nulla, basano il loro intervento solo sull'azione, sul movimento piuttosto che sulla verbalizzazione. Se ripensiamo a persone come Ronald D. Laing che è stato molto brillante nell'approcciare la psicosi dei suoi pazienti e dei suoi clienti e di farlo in molti diversi modi, molto di ciò che ha fatto inizialmente è stato cercare di imitare gli atteggiamenti e i movimenti del paziente; quindi se un paziente si dondolava avanti e indietro come se stesse remando, egli si portava letteralmente accanto al paziente e cominciava a fare la stessa cosa, come un modo per concentrarsi sull'esperienza del paziente. Ma questo dipende, ancora una volta, dalla volontà o dalla capacità del terapeuta di impegnarsi in quel modo e penso anche che uno dei problemi è che siamo sempre più riluttanti ad adottare un tale modo di agire perché siamo incerti su dove ci porterà e perché non è possibile prevedere in anticipo se questo modo sarà efficace. Ma, in generale, penso che la terapia esistenziale sia aperta a qualsiasi tipo di dubbio o problema. Dal punto di vista del cliente, l'unica limitazione a cui riesco a pensare è un cliente che rifiuti qualsiasi tipo di coinvolgimento oltre un approccio che preveda solo che il terapeuta debba dirgli cosa fare o cosa pensare e cosa ci sia di sbagliato in lui. Anche in questo caso, però, credo che se il terapeuta è sufficientemente creativo e sufficientemente attento, può cercare di non evadere la richiesta, ma di entrare davvero dentro la questione e cercare di capire cosa fa pensare

al paziente che gli altri abbiano capacità per dirgli chi è. Questa potrebbe non essere possibile perché effettivamente incontrare un cliente del genere potrebbe essere un limite della terapia, ma questo, ripeto, non è ineluttabile.

Conclusioni

Con la sua opera di formatore, in tutto il mondo, attraverso esperienze dirette nella gestione dei gruppi di allievi o attraverso i suoi scritti e le attività mediatiche, Ernesto Spinelli occupa un posto fondamentale nella riflessione sul futuro della terapia.

Come ha più volte dichiarato, i non addetti ai lavori considerano la terapia esistenziale *too heady and too much in the head*, che dà alla testa e che è molto di testa; e noi crediamo che in diversi paesi (tra cui l'Italia) anche molti addetti ai lavori abbiano osservato la terapia esistenziale da lontano, con sospetto, come una terapia non-terapia.

Questa sospettosità contrasta con la grande tradizione antropofenomenologica che è stata alla base della rinascita psicopatologica di inizio secolo (in alcuni paesi, sotto regimi totalitari, negli anni immediatamente successivi alla Seconda guerra mondiale, quando i regimi sono stati annientati); i principi della terapia proposta da Ernesto Spinelli sono gli stessi che hanno ispirato i lavori di Danilo Cargnello, Bruno Callieri, Alberto Gaston, Armando Ballerini ed Eugenio Borgna, solo per citare i nomi più prestigiosi degli antropofenomenologi italiani.

Alcune pagine di *Alterità ed alienità* di Danilo Cargnello sembrano essere perfetto preludio ai concetti espressi da Ernesto Spinelli.

La terapia esistenziale può e deve realmente occupare quello spazio alternativo alle terapie didascaliche, uno spazio individuato da Ernesto Spinelli come diversificato da una psicoterapia tradizionale, in quanto proprio di un modello iperinclusivo, che consenta un dialogo con altri modelli psicoterapeutici anche nel pratico lavoro quotidiano di ogni psicologo, psicoterapeuta e psichiatra.

Riassunto (in forma di premessa)

Parole chiave: Ernesto Spinelli, terapia esistenziale

La terapia esistenziale, largamente diffusa in Europa e oltre oceano, è relativamente poco praticata in Italia.
Ho avuto l'opportunità di conoscere e di poter dialogare con il Prof. Ernesto Spinelli grazie alla personale conoscenza e amicizia che lo lega a mio padre, Gianfranco Buffardi, coautore di questo paper.
Pur se nato a Roma, il Prof. Spinelli è vissuto dalla sua infanzia in Canada e si è poi trasferito in Inghilterra, a Londra, dove oggi risiede.
Egli è, con Yrvin Yalom, uno dei massimi esperti mondiali di terapia esistenziale.
Ho realizzato questa intervista con il Prof. Spinelli per fare il punto sul ruolo e importanza della terapia esistenziale nel mondo, secondo la sua esperienza e attraverso i numerosissimi contatti che egli ha con i terapeuti esistenziali di tutto il mondo.
Noi coautori abbiamo scelto quali domande porre a Ernesto Spinelli che consentissero la più ampia espressione del suo pensiero.
Antepongo all'intervista una breve bio-bibliografia dello psicoterapeuta

Gianfranco Buffardi e Renato Massimiliano Buffardi

ERNESTO SPINELLI: AN INTERVIEW
Exploring the thought of a leading existential psychotherapist

Abstract (as foreword)

Key words: Ernesto Spinelli, existential therapy

I had the opportunity to meet and be able to dialogue with Prof. Ernesto Spinelli thanks to the personal knowledge and friendship that binds him to my father, Gianfranco Buffardi, co-author of this paper.
Although born in Rome, Prof. Spinelli lived from his childhood in Canada and then moved to England, to London, where he now resides.
He is, with Yrvin Yalom, one of the world's leading experts on existential therapy.
I conducted this interview with Prof. Spinelli to take stock of the role and importance of existential therapy in the world, according to his experience and through the numerous contacts he has with existential therapists around the world. We both authors, have decided to choose as questions to ask Ernesto Spinelli some that would allow the widest expression of his thought.
I preface the interview with a brief bio-bibliography of the psychotherapist.

Bibliografia

Buffardi, G. & Martinez Robles, Y. A. (2023). *Dialogues on the place of creativity in existential therapy.* SEA Publ. Ed. it. *Creatività ed Esistenza*. Mimesis, 2023.
Martinez Robles, Y. A. (2012). *Psicoterapia Existencial*. Messico.
Spinelli, E. (2001). *The mirror and the hammer*. SAGE.
Spinelli, E. (2002). The therapeutic relationship as viewed by existential psychotherapy: Re-embracing the world. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, *32*, 111–118.
Spinelli, E. (2005). *The Interpreted World: An Introduction to Phenomenological Psychology*. SAGE Paperback.
Spinelli, E. (2006). The Value of Relatedness in Existential Psychotherapy and Phenomenological Enquiry. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology*, *6*(sup1), 1–8. https://doi.org/10.1080/20797222.2006.11433933
Spinelli, E. (2015). *Practicing Existential Therapy: The Relational World*, 2nd ed. SAGE.
Spinelli, E. (2016). *Tales of Unknowing: Therapeutic Encounters from an Existential Perspective*. SAGE Paperback.
Spinelli, E., Buffardi, G. (2019). *Dialogues on the search of meaning in Existential Therapy*. S.E.A. pub. (Tr. it. *Del Significato e dell'Esistenza*. La Melagrana, 2020).
Yalom, I. D. (2014). *Il dono della terapia*. Neri-Pozza. (Opera originale pubblicata nel 2008).

Sitografia

http://www.scuolaneoesistenziale.it/
https://existentialanalysis.org.uk/
https://isue.it/

Gianfranco Buffardi[1] e Renato Massimiliano Buffardi[2]

[1] Psichiatra, ab. Psicologia, Psicoterapeuta, dot. Filosofia, Ph. D. in Bioetica, già Direttore U.O.S.M.; Prof. a contratto, Psichiatria Un. G. Fortunato, Benevento; Board member of Federation for Existential Therapy in Europe; Presidente Ist. Scienze Umane ed Esistenziali, ISUE, Napoli; Direttore Scuola di Psicoterapia neoEsistenziale S.P.Es.
[2] Docente Storia e Filosofia; L. Filosofia, l. Psicologia; Ph. D. Studi Internazionali, Un. Orientale di Napoli; CD dell'Istituto di Scienze Umane ed Esistenziali, Napoli.

Corrispondenza
E-mail: gbuffardi@isue.it