

## **La psicoterapeuta Antonella Ivaldi si racconta**

***“Ho scritto quattro libri. In futuro vorrei dedicarmi di più a questa passione”***

*Antonella Ivaldi, psicoterapeuta parla di sé in un'intervista. Racconta della sua vita e della sua formazione. Consiglia agli aspiranti psicologi di studiare tanto e di informarsi sempre. La dottoressa Ivaldi conferma ancora una volta che il suo orientamento personale principale, che si tratti di formazione o di esperienza clinica, è quello di fondere conoscenze di scuole di pensiero diverse.*

### **Dott.ssa Antonella Ivaldi, quando è arrivata la decisione di dedicarsi alla psicologia?**

Stranamente molto presto, ero solo una bambina.

### **C'è stato un episodio scatenante?**

Vedere film come Psycho oppure leggere libri come l'Incompreso? Scherzo. Credo che la motivazione vada cercata nel mio vissuto e nel mio temperamento curioso, sempre desideroso di sapere, di capire i misteri delle relazioni. Un modo di essere anche un po' legato a determinate situazioni familiari non proprio serene che, come accade a volte, alimentano la voglia di esplorare.

### **Quando è cominciata la sua formazione e dove?**

All'Università La Sapienza di Roma. Dopo un periodo d'indecisione tra psichiatria e psicologia ho scelto quest'ultima. Ma forse è iniziata veramente quando ho visto i primi pazienti e ho capito che la teoria senza la pratica non forma il clinico e che la miglior teoria è quella che si sviluppa dall'esperienza clinica. Uscita dall'Università ho dovuto colmare una serie di lacune, investendo nuovo tempo e denaro in diverse specializzazioni.

### **Si è pentita della scelta universitaria?**

No, ma ho avuto modo di riflettere sulla compartimentalizzazione del sapere e di abbracciare una visione olistica dell'uomo che ho descritto nei miei libri e per la quale mi batto ogni giorno sia nel lavoro clinico sia nella didattica.

### **Consiglio per un neodiplomato che vorrebbe iscriversi a psicologia?**

Prepararsi in senso generale, studiare, informarsi sempre. Sapere dove si colloca la

nostra professione oggi, avere una visione d'insieme per esser più lucido su quello che sta facendo e sapersi orientare in un mondo saturo di offerte formative.

### **Consiglio per uno psicologo specializzando?**

Ricordarsi che nessuna specializzazione sarà mai esauriente senza l'esperienza a bottega. Il nostro è un mestiere.

### **Quante ore al giorno dedica al suo lavoro?**

Tante, il mio è un lavoro in cui la vita e l'attività professionale si fondono. Tante, perché dedico molto tempo anche allo studio, alla scrittura, alla lettura, alle riflessioni.

### **Il libro che le ha cambiato la vita?**

Gregory Bateson con "L'ecologia della mente", "La scoperta dell'inconscio" di Ellenberger, "Sulla materia della mente" di Edelman e tanti altri ancora. Ma oltre ai libri sono gli incontri che ti cambiano la vita e così è stato quando ho incontrato Giovanni Liotti e Joseph Litchteberg.

### **Ha scritto libri?**

Quattro. Il primo parla dello iato che c'è tra la teoria e la pratica nel nostro settore. Il secondo dei disturbi di personalità e di pazienti cosiddetti difficili e dei vari modelli di trattamento. Il terzo è un compendio scritto a più mani da studenti in formazione sul trauma diagnosi e trattamento. Il quarto è un manuale sul modello relazionale fondato sui sistemi motivazionali REMOTA.

### **Il suo miglior pregio?**

La tenacia, la stessa che mi ha permesso di tenermi in piedi, nonostante tutte le difficoltà di questi anni.

### **Il difetto peggiore?**

Potrebbe essere esattamente lo stesso, se interpretato come cocciutaggine.

### **Cosa farà domani?**

Spero di andare in pensione e di poter scrivere, di più.

### **Il viaggio che vorrebbe fare?**

Polinesia. Non solo perché mi piace il mare, ma anche perché sto andando verso una fase piuttosto contemplativa della vita. Apprezzo l'isolamento, la solitudine, la natura che ci rimette in contatto con le cose essenziali della vita, sottraendoci per un po' da tutto questo rumore, troppo rumore.