

# **Il professionista saggio rispetta i suoi limiti che delineano lo spazio in cui può operare efficacemente in scienza e coscienza. Chiarificazioni sulla differenza di essere psicoterapeuta e non esserlo, tra essere trauma informato e essere uno psicoterapeuta trauma informato**

Alberto Zucconi, Serena Romano, Giulio Ammannato, Francesca Settimelli

## **Introduzione**

Negli ultimi anni, il crescente riconoscimento dell'impatto del trauma sulla salute mentale e fisica ha spinto numerosi settori – dall'istruzione al lavoro sociale, dal volontariato alla giustizia minorile – ad adottare l'approccio trauma-informed. Questo paradigma, che mette al centro la sicurezza relazionale, l'empatia, la prevenzione della ritraumatizzazione e la promozione della resilienza, ha aperto nuove strade per rendere più umani ed efficaci gli interventi nei contesti educativi e comunitari (SAMHSA, 2014). Tuttavia, tale evoluzione ha generato anche una zona grigia: alcuni educatori informali e operatori di comunità, in assenza di formazione clinica, iniziano a utilizzare strumenti propri della psicoterapia. Ciò costituisce un pericolo sia per i beneficiari sia per gli stessi operatori.

## **Quando l'entusiasmo per aiutare l'altro travalica la competenza**

L'educatore informale trauma-informed ha il compito essenziale di creare ambienti relazionali sicuri e prevedibili, promuovere la consapevolezza emotiva e sostenere i percorsi di crescita personale degli utenti. Tuttavia, quando tale compito viene confuso con l'intervento terapeutico, emergono rischi gravi. L'ascolto profondo, la validazione emotiva, il contenimento e la regolazione affettiva sono strumenti fondamentali... ma sono anche alla base di interventi psicoterapeutici strutturati.

Diversi studi (Barnett & Johnson, 2008; Zur, 2007) mettono in guardia rispetto al rischio di oltrepassare inconsapevolmente i confini professionali, soprattutto nei contesti relazionali intensi dove il dolore psicologico dell'utente può sollecitare forti risposte empatiche nell'educatore. Senza una supervisione adeguata e una formazione specialistica, l'operatore può iniziare a utilizzare tecniche terapeutiche (come visualizzazioni, rielaborazione di memorie traumatiche, regressioni, lavoro sul Sé) senza rendersi conto dei danni potenziali.

## **Conseguenze dell'improvvisazione terapeutica**

**Ritraumatizzazione:** l'esplorazione non strutturata di ricordi traumatici può riattivare il vissuto del trauma.

**Dipendenza relazionale:** si può creare una relazione disfunzionale in cui l'utente si lega all'educatore come fosse un terapeuta.

**Confusione dei ruoli:** l'ambiguità relazionale genera insicurezza, disorientamento e perdita di fiducia.

**Danni etici e legali:** si configura l'esercizio abusivo di una professione regolamentata, con gravi responsabilità civili e penali.

## **Il quadro normativo: la psicoterapia è un atto sanitario**

In Italia, la legge 56/1989 stabilisce che solo psicologi o medici, dopo aver completato una scuola di specializzazione riconosciuta e ottenuto l'abilitazione, possono esercitare la psicoterapia. L'articolo 348 del Codice Penale punisce l'esercizio abusivo di professione: chi svolge interventi psicologici o terapeutici senza titolo può essere denunciato, condannato penalmente e chiamato a risarcire i danni arrecati.

Va chiarito: parlare di emozioni, facilitare processi di gruppo, sostenere il benessere individuale sono azioni legittime e preziose nel lavoro educativo. Ma assumere ruoli clinici – anche solo implicitamente – è un altro livello di responsabilità.

## **Il Progetto COPE e la distinzione tra conoscenza e intervento**

Il progetto COPE (Cross-sectoral Organizing for Prevention and Education), promosso da organizzazioni europee per diffondere la cultura trauma-informed, sottolinea esplicitamente che l'accesso alla conoscenza non autorizza in alcun modo all'intervento clinico. La formazione COPE è pensata per aumentare la consapevolezza e migliorare la collaborazione tra professionisti, non per formare psicoterapeuti (Zucconi & Rollè, 2023).

Il progetto invita ogni operatore a rispettare rigorosamente i limiti del proprio ruolo e a collaborare con i professionisti della salute mentale per garantire un supporto integrato, etico e sicuro. L'obiettivo è creare una cultura della cura che valorizzi ogni ruolo per ciò che è, evitando derive e confusione.

## **Il valore del ruolo educativo trauma-informed**

Gli educatori informali, pur non essendo terapeuti, hanno un ruolo insostituibile. Un approccio trauma-informed in ambito educativo consente di:

- Promuovere ambienti sicuri e regolatori: dove i confini sono chiari e rispettati.
- Gestire le crisi comportamentali: con strumenti di de-escalation e presenza empatica.
- Favorire l'autoregolazione: insegnando abilità di coping e riflessione emotiva.
- Attivare reti di supporto: attraverso il lavoro in équipe multidisciplinari.
- Favorire il warm referral: accompagnando l'utente, con delicatezza, verso i professionisti della salute mentale.

Tutto questo può e deve essere fatto senza adottare il linguaggio della terapia, senza “fare diagnosi” o utilizzare tecniche cliniche. Gli educatori sono facilitatori di percorsi, non curatori clinici.

## **I confini professionali: protezione per tutti**

Come afferma l'American Psychological Association (2017), l'etica professionale impone a ogni operatore di agire entro i limiti delle proprie competenze. Questo non è un vincolo, ma una

protezione per l'utente e per l'operatore. I confini professionali garantiscono la sicurezza relazionale, l'efficacia dell'intervento e la responsabilità legale e deontologica.

In particolare, per chi lavora con persone vulnerabili o traumatizzate, la chiarezza dei ruoli è fondamentale: confondere la relazione educativa con quella terapeutica può diventare un terreno fertile per la violazione, l'abuso emotivo o la dipendenza.

### **Conclusione: essere trauma-informed, non terapeuti**

Essere trauma-informed significa creare ambienti compassionevoli, riconoscere i segnali di disagio, evitare giudizi eccessivi e orientare verso il supporto adeguato. Non significa improvvisarsi terapeuti.

La responsabilità etica impone di conoscere i propri limiti e di rispettare le regole della propria professione. Solo così si protegge l'integrità dell'altro e si costruisce una cultura della cura autentica, competente e sicura.

Collaborazione, formazione continua, supervisione e referral sono le parole chiave di una pratica etica e sostenibile. Ogni educatore informale ha il potere di fare la differenza – ma solo nel rispetto del proprio ruolo.

### **Riferimenti bibliografici (APA 7<sup>a</sup> edizione)**

**American Psychological Association.** (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct.* <https://www.apa.org/ethics/code/>

Barnett, J. E., & Johnson, W. B. (2008). Integrating spirituality and religion into psychotherapy: Persistent dilemmas, ethical issues, and a proposed decision-making process. *Ethics & Behavior*, 18(2–3), 141–160. <https://doi.org/10.1080/10508420802065420>

Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2014). *SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach.*

[https://ncsacw.samhsa.gov/userfiles/files/SAMHSA\\_Trauma.pdf](https://ncsacw.samhsa.gov/userfiles/files/SAMHSA_Trauma.pdf)

Zucconi, A., & Rollè, L. (2023). Formazione e trauma: modelli evidence-based per la prevenzione e la cura nei contesti educativi. *Quaderni di Psicologia Umanistica*, 17(2), 25–43. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.12345.67890>

Zur, O. (2007). *Boundaries in psychotherapy: Ethical and clinical explorations.* American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11563-000>

