Recensione di “Tra intrapsichico e trigenerazionale. La psicoterapia individuale al tempo della complessità”

scritto da Rivista Connessioni | 30 Giugno 2019

Libro di **Gianni Cambiaso** e **Roberto Mazza**
Raffaello Cortina Editore, 2018

Letto da **Natalia Savani**

Il libro “Tra intrapsichico e Trigenerazionale: la psicoterapia individuale al tempo della complessità” si colloca nello scenario dei “contribuiti teorico applicativi” inerenti la psicoterapia individuale sistemica relazionale, che oggi rappresenta un ambito di studio e clinico di grande attualità e imprescindibile nella formazione degli psicoterapeuti ad orientamento sistemico relazionale, sia per motivi teorici che inerenti la pratica clinica.

A livello teorico l’importanza che viene attribuita attualmente alla Terapia Individuale in ambito sistemico può essere considerata come la naturale conseguenza dell’evoluzione del paradigma sistemico stesso, per cui con il passaggio dalla cibernetica di primo ordine degli anni ’50 (scuola di Palo Alto – Bateson, Haley, Bowen, Minuchin, ecc) a quella di secondo ordine (Von Foerster, Maturana e Varela) il singolo individuo viene ad assumere un ruolo e un’importanza sempre più centrale in quanto soggetto di esperienza, conoscenza, di significati, emozioni, passioni, desideri e progetti.

Come evidenziò Von Foerster, l’individuo porta in modo attivo nelle relazioni che intrattiene la propria visione del mondo e le descrizioni delle relazioni divenendo così *responsabile* del proprio mondo. Pertanto tale evoluzione epistemologica riconosce appieno l’importanza e la centralità dell’individuo come sistema/soggetto attivo di elaborazione di conoscenza ed esperienza, per cui il Singolo non può più essere considerato e trattato esclusivamente come mero portatore di una disfunzione (patologia) dell’intero sistema di cui è parte, aspetto questo che inizialmente legittimava il lavorare “con tutta la famiglia”. Seguendo l’evoluzione del paradigma sistemico va da sé che, essendo ogni individuo parte attiva di un sistema più

complesso, intervenire anche su un singolo elemento del sistema può produrre evidenti e sostanziali cambiamenti a più livelli del sistema stesso di appartenenza.

La centralità e l'importanza che ha assunto nell'ultimo decennio la Terapia individuale ad orientamento sistemico relazionale deriva inoltre dall'ambito della pratica clinica, in cui emerge la concreta evidenza che le richieste di terapia individuali avanzate a terapeuti di matrice sistemica risultano essere sempre più frequenti e preponderanti rispetto alle richieste di terapia familiare classica che, anche nei casi in cui ve ne sia l'indicazione clinica, possono rappresentare per il terapeuta una criticità trattamentale in quanto a volte può risultare difficoltoso avere la compresenza in seduta di tutti i componenti della famiglia, come previsto dal modello sistemico classico.

Pertanto, facendo riferimento alle premesse epistemologiche di Bateson, Von Foerster, Maturana e Valera, molti clinici di matrice sistemica, appartenenti ad orientamenti diversi (cognitivista, psicoanalitico, ecc), si sono sempre più impegnati nel lavoro con il singolo paziente cercando di integrare approcci e modelli terapeutici diversi affinché individuo e famiglia rappresentassero un unico oggetto di studio, nel rispetto dei vari livelli e specificità di funzionamento.

In tale scenario, Cambiaso e Mazza, presentano il loro testo come uno "strumento" a disposizione di tutti i terapeuti, utile "per pensare", in quanto delineano e descrivono un Meta Modello, che trae origine dall'allargamento del paradigma sistemico alle teorie dei sistemi instabili e al paradigma del caos, in cui vengono integrati in modo armonico, coerente e creativo i principali paradigmi relativi all'epistemologia sistemico relazionale, ovvero quello ad orientamento psicoanalitico, cognitivista-evoluzionista ed eziopatogenetico di Lorna Benjamin.

Come evidenzia Cirillo nell'Introduzione al libro, la "Forma di terapia individuale" proposta dagli autori "incarna l'ottica della Complessità di Morin, in una prospettiva multicentrica in cui il fuoco si sposta costantemente dalla relazione diadica in seduta alle appartenenze del paziente, dalla dimensione verticale della sua genealogia a quella orizzontale della sua coppia attuale e di nuovo alla verticalità della sua filiazione. Senza dimenticare l'unicità del paziente nella sua individualità, nei suoi sintomi e sofferenze, nelle sue risorse e talenti".

Seguendo il pensiero degli autori, che ha guidato l'elaborazione del meta modello proposto nel libro, la Complessità non si viene quindi ad identificare esclusivamente con l'angolo di osservazione che mette a fuoco l'ecosistema nella sua totalità, ma rimanda ed implica anche una focalizzazione sul sistema-individuo, ovvero ai suoi vissuti, dinamiche interne e problematicità, e include l'intrapsichico, l'inconscio, l'importanza delle relazioni diadiche e della comunicazione implicita (dimensione interpersonale), la dimensione intergenerazionale intesa come effetti delle storie passate sul presente, quella transgenerazionale che rinvia al mondo interiore trasmesso inconsciamente dalle famiglie d'origine, quella delle relazioni

attuali e dei contesti plurimi in cui si sviluppano e ovviamente quella biologica che rimanda al temperamento e alla genetica.

Coerentemente alle premesse dell'approccio sistemico, per cui la *relazione nel qui ed ora* assume primaria importanza in quanto permette di ridefinire il passato, di fare ipotesi sul futuro e costruire nuove storie, gli autori dedicano e sollecitano molta attenzione non solo agli aspetti specifici (es: la definizione del setting), ma in particolare all'analisi degli aspetti relazionali aspecifici (es. empatia, capacità di ascolto e sintonizzazione, co-costruzione del significato profondo del sintomo ecc) e linguistici funzionali alla costruzione e al consolidamento, da parte del terapeuta, di una relazione di fiducia con il paziente su cui si sviluppi una solida alleanza terapeutica, quale fattore indispensabile e necessario per il cambiamento.

Ne risulta una forma di terapia individuale centrata sulla persona, in cui si intrecciano temi, tecniche e strategie di conduzione del processo terapeutico proprie della psicoanalisi, della terapia familiare e del cognitivismo, che rimanda alla Centralità della Relazione Terapeutica quale spazio privilegiato di apprendimento in cui si produce il cambiamento.

Il cambiamento non viene raggiunto mediante un processo di ricostruzione di fatti e/o "verità storiche" come raccontate dal paziente in seduta, quanto piuttosto connettendo "pezzi del passato" con "accadimenti del presente" in modo tale da favorire l'apprendimento di nuovi significati che diano un senso ad eventi intergenerazionali e contestualmente aiutino il paziente ad individuare la disfunzionalità attuale di antiche strategie relazionali.

Il cambiamento quale obiettivo dell'intervento terapeutico, viene inteso dagli autori come "superamento e/o allentamento della sofferenza percepita dal paziente mediante la rinuncia a qualcosa a cui era legato, incrementando la consapevolezza sulle ipotetiche cause e abbandonando qualche illusione, osservare la propria realtà e il proprio mondo relazionale da altre angolature".

Viene così superato il postulato di "scatola nera", ovvero di inconoscibilità della mente, che ha caratterizzato ai suoi esordi il modello della terapia familiare orientando i suoi pionieri ad elaborare strategie e tattiche che potessero indurre il cambiamento; il lavoro terapeutico mira alla costruzione di significati nuovi e condivisi tra paziente e terapeuta e a sviluppare la capacità di pensare piuttosto che al disvelamento dell'inconscio, in quanto, come sostiene Ferro, non vi è inconscio da svelare ma processi consci da sviluppare.

Il cambiamento in quest'ottica risulta fortemente condizionato dalla capacità del terapeuta di saper costruire un setting e una relazione significativa per il paziente, per cui assumono particolare importanza l'acquisizione, lo sviluppo individuale e la capacità di gestione di competenze e abilità relazionali e affettive quali la condivisione empatica, la sintonizzazione con gli stati affettivi del paziente, la capacità nell' ascolto attivo e affettivo necessarie per instaurare una solida alleanza terapeutica entro cui il paziente può concedersi di esprimere

liberamente in modo incondizionato e sicuro pensieri, emozioni, bisogni, desideri e paure. La conoscenza e capacità del terapeuta di individuare e gestire i meccanismi transferali e controtransferali che caratterizzano la relazione terapeutica rappresentano, in questa forma di terapia individuale, un prerequisito indispensabile per la buona riuscita del trattamento, che produrrà cambiamenti non solo nel paziente, ma anche nel terapeuta.

Nell'idea degli autori la Forma di Terapia Individuale proposta non deve, però, essere considerata come una scelta subordinata all'impossibilità di realizzare una terapia familiare classica, ma deve rappresentare un'opzione clinica da effettuare nei casi in cui si scelga di focalizzarsi sulle risorse della relazione e dell'alleanza terapeutica quale fattore principale di cambiamento e, contestualmente, deve essere esclusa come possibilità di intervento ogni qualvolta al fine del cambiamento, risulti clinicamente necessario ed utile una presa in carico complessa che rimandi ad un lavoro di rete, come per esempio nel trattamento delle psicopatologie legate all'infanzia e preadolescenza, gravi disturbi del comportamento alimentare, tossicodipendenza e psicosi.

In sintesi, il libro di Cambiaso e Mazza, che si conclude con la descrizione magistrale di un caso clinico descritto da M. Montanaro, quale esempio paradigmatico di un intero processo terapeutico sviluppato seguendo il modello proposto, rappresenta un'utile riflessione per tutti i clinici che si approcciano alla terapia individuale secondo un orientamento complesso che coniuga *inconscio e relazioni,* letture *intrapsichiche* e *modelli trigenerazionali.*

In particolare il testo si può configurare come manuale di riferimento e approfondimento della terapia individuale sistemico relazionale sia per psicoterapeuti già formati sia per gli allievi in formazione alla psicoterapia sistemica, in quanto, nel meta modello proposto sono affrontate una serie di temi e questioni frequentemente trascurate e/o scarsamente attenzionate nei training formativi, come per esempio: il transfert, le risonanze emotive, le regole di setting e alcuni modelli psicopatologici.

Per i motivi sopra descritti il testo viene a rappresentare un prezioso contributo teorico applicativo alla terapia sistemico relazionale individuale, per cui merita di essere letto!