

FrancoAngeli

PSICOLOGIA SOCIALE E CLINICA FAMILIARE

Collana diretta da Vittorio Cigoli ed Eugenia Scabini

Il pentagramma relazionale

Le forme vitali nella psicoterapia familiare e di coppia

a cura di
Cristina Meini
e Giuseppe Ruggiero

Postfazione di Vittorio Cigoli



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



PSICOLOGIA SOCIALE E CLINICA FAMILIARE

Inaugurata nel 1983 la collana intende creare un ponte tra la psicologia sociale della famiglia e la clinica familiare.

Fanno parte della psicologia sociale gli studi e le ricerche sull'organizzazione familiare, sugli stili di funzionamento e le dinamiche familiari-generazionali, con particolare riferimento alle transizioni cruciali (la nascita, l'adolescenza-giovanità dei figli, l'anzianità, la morte), così come le ricerche su situazioni specifiche di vita familiare (l'adozione, l'affidamento, la disabilità) ed eventi che mettono alla prova le relazioni familiari (il divorzio, la malattia grave di un membro, la migrazione, il fallimento economico). Sono anche parte della psicologia sociale gli approcci di ricerca di tipo multi-metodologico e la messa a punto di tecniche e strumenti d'indagine familiare.

Fanno parte della clinica familiare sia gli interventi psicoterapeutici, sia gli interventi di consulenza e di sostegno ai legami familiari anche in situazioni di grave compromissione dei medesimi. È infatti noto come raramente vi sia una domanda diretta di aiuto da parte della famiglia, mentre assai più frequentemente si presentano, specie attraverso i figli e la coppia, problemi di rapporti con e tra le famiglie d'origine, così come con la comunità. Si tratta di segnali di sofferenza dei legami che attendono una presa in carico competente e sensibile.

Nel loro intreccio la psicologia sociale della famiglia e la clinica familiare si oppongono alle visioni riduzioniste, specie di stampo biologico-genetico, che sollecitano a livello sociale nuove forme di pensiero magico, mentre trovano nello scambio costruttivo con le scienze dell'azione umana (filosofia, etno-antropologia, storia, sociologia, letteratura) il loro fondamento epistemico.

L'idioma della collana è dunque quello di una scienza psicologica caratterizzata dal sentimento del valore dei legami a partire da quelli familiari e generazionali.

Per conseguire i suoi scopi la collana, che già conta numerosi testi di notevole valore, si avvale di una rete scientifico-culturale di rilevanza internazionale.

Tutti i volumi della collana sono sottoposti a referaggio.

Direzione: Vittorio Cigoli ed Eugenia Scabini

Comitato scientifico: Angela Maria Di Vita (Università degli Studi di Palermo), Davide Margola (Università Cattolica di Milano), Luigi Onnis (Università La Sapienza di Roma), Camillo Regalia (Università Cattolica di Milano), Simona Taccani (CeRP, Trento), Guy Bodenmann (Università di Zurigo, Svizzera), Scott Browning (Chestnut Hill College, USA), Robert Emery (University of Virginia, USA), Douglas Snyder (Texas A&M University, USA).

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.

Il pentagramma relazionale

Le forme vitali nella psicoterapia
familiare e di coppia

a cura di
Cristina Meini
e Giuseppe Ruggiero

Postfazione di Vittorio Cigoli

FrancoAngeli

PSICOLOGIA SOCIALE E CLINICA FAMILIARE

Progetto grafico di copertina di Elena Pellegrini

Copyright © 2017 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. 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

Gli Autori	pag.	7
Preludio. La dimensione musicale nella clinica delle relazioni familiari , di <i>Giuseppe Ruggiero</i>	»	9
1. Il colore della mente	»	9
2. Esercizi di stile	»	12
2.1. Dai sitar agli ottoni. “Accordare” in terapia familiare	»	12
2.2. S-concerto di famiglia alla ricerca di un blues. “Armonizzare” in terapia familiare	»	18
3. Il contenuto, la forma, lo stile	»	23
4. Uno swing tra i vicoli di Napoli	»	27
1. Oltre gli specchi. Riferimenti clinici ed epistemologici , di <i>Cristina Meini, Giuseppe Ruggiero e Stefano Iacone</i>	»	31
1. Intersoggettività, mirroring e psicoterapia	»	31
2. Setting terapeutici e forme vitali	»	37
3. Una precisazione necessaria	»	40
2. Come è profondo il cuore. Riflessioni incrociate su musica, emozioni e psicoterapia , di <i>Giorgio Guiot, Stefano Iacone, Cristina Meini e Giuseppe Ruggiero</i>	»	43
1. Preludio	»	43
2. Uscire dal senso comune: il contorno emozionato	»	44
2.1. Emozionarsi di bellezza	»	48
3. La musica, gli altri, il sé. Verso la terapia	»	49
4. Una melodia oltre il lettino: musica e psicoterapia	»	52
4.1. Cambiamento terapeutico e musica	»	59
4.2. Canto e sistema familiare	»	63

3. Il <i>Relational Singing Model</i>, di Giorgio Guiot e Cristina Meini	pag.	65
1. Introduzione	»	65
2. Fare musica	»	66
2.1. Forma	»	68
2.2. Melodia e canto	»	69
2.3. Testo	»	70
2.4. Ritmo	»	71
2.5. Proiezione spaziale	»	72
3. Conclusioni	»	72
4. Sintonie e dissintonie familiari. Psicoterapia sistemica e canto congiunto, di Giorgio Guiot, Stefano Iacone, Cristina Meini e Giuseppe Ruggiero	»	74
1. Introduzione	»	74
2. La struttura dell'intervento	»	75
3. Contesti applicativi del protocollo	»	77
4. La musica e le forme vitali	»	78
5. Casi clinici	»	90
5.1. Il primo amore non si scorda mai: la famiglia B.	»	90
5.2. La famiglia G.: la scoperta dell'intimità attraverso il canto	»	94
6. Conclusioni	»	98
5. Di che cosa parliamo quando parliamo di sesso in terapia. Forme vitali, sessualità e psicoterapia di coppia, di Stefano Iacone	»	100
1. Le improvvise e sorprendenti sintonie tra marito e moglie	»	106
2. Molto vicini, troppo vicini. La storia di Guido e Gloria	»	114
3. Cogliere il "noi" attraverso le forme vitali	»	118
4. Dal "noi" della coppia al "noi" terapeutico	»	122
5. Conclusioni	»	124
Postfazione. Tra canto e colore: ascoltare il corpo familiare, di Vittorio Cigoli	»	127
1. La "Berceuse" (1889)	»	127
2. Il pentagramma relazionale	»	132
Bibliografia	»	137

GLI AUTORI

Nel testo sono presenti contributi di:

Vittorio Cigoli. Professore emerito di Psicologia Clinica presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. Attualmente dirige presso ASAG le attività cliniche e di ricerca del Centro Europeo di Assessment Terapeutico. È inoltre responsabile dei Servizi di Clinica Psicologica attivati nelle varie sedi da parte di Educatt dell'Università Cattolica. È autore di oltre venti volumi e circa duecento pubblicazioni scientifiche in diverse lingue ed ha ricevuto numerosi premi e riconoscimenti nazionali e internazionali. Tra le sue recenti pubblicazioni: *Terapie di coppia* (FrancoAngeli, Milano, 2014) e *Clinica del divorzio e della famiglia ricostruita* (Il Mulino, Bologna, 2017).

Giorgio Guiot. Musicista e direttore di coro, esperto di voce e coralità con bambini, adulti e anziani. Opera per lo sviluppo di progetti musicali basati sulla relazione e sull'ascolto, per favorire le dinamiche del gruppo e promuovere la partecipazione. È autore di testi di didattica musicale e di numerosi articoli relativi all'educazione musicale speciale, rivolta soprattutto a persone affette da autismo e da altri disturbi relazionali. Con Cristina Meini e Maria Teresa Sindelar è autore di *Autismo e musica* (Erickson, Trento, 2012). Sempre con Cristina Meini e l'Associazione Cantabile onlus di Torino è ideatore del *Relational Singing Model*.

Stefano Iacone. Psicologo e psicoterapeuta sistemico, docente dell'Istituto di Medicina e Psicologia Sistemica (IMePS). Si occupa delle patologie del legame di coppia, come le dipendenze affettive e la *cybersex addiction*, che ha trattato in diverse pubblicazioni. Inoltre lavora come dirigente psicologo presso il Sert DSB 24 della Asl Napoli 1 Centro. Il suo volume più recente è *Mio servo mio padrone. Legami perversi di coppia*, Mimesis, Milano, 2016. Ha curato inoltre con Ludovico Verde *Mente Darwiniana e addiction. Neuroscienze, evolucionismo e psicoterapia*, FrancoAngeli, 2013.

Cristina Meini. Professore associato di filosofia della mente e filosofia del linguaggio all'Università del Piemonte orientale. Si occupa di comunicazione interpersonale, di mentalizzazione e di sviluppo emotivo. Recentemente si è interessata

alla scienza cognitiva della musica, intesa anche come strumento di sostegno alle fragilità comunicative e relazionali. È membro di diverse istituzioni scientifiche e ha pubblicato numerosi articoli su riviste italiane e internazionali. La sua monografia più recente è *L'identità personale*, Carocci, Roma, 2016 (con Massimo Marraffa). Con Giorgio Guiot e l'Associazione Cantabile onlus è ideatrice del *Relational Singing Model*.

Giuseppe Ruggiero. Psichiatra e psicoterapeuta ad orientamento sistemico-relazionale. Dirige l'Istituto di Medicina e Psicologia Sistemica di Napoli, sede della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Sistemico-Relazionale, riconosciuta dal MIUR. È membro di diverse società scientifiche nazionali ed internazionali di Psicoterapia Familiare (EFTA, SITF, SIPPR). Attualmente è presidente FIAP (Federazione Italiana Associazioni di Psicoterapia) e presidente AIMS (Associazione Internazionale Mediatori Sistemici). Fondatore e membro del board dell'AIRF (Associazione degli Istituti di Terapia Familiare). Docente presso l'Università Pontificia Salesiana di Roma. È autore di numerose pubblicazioni scientifiche sui temi della psicoterapia sistemica, di coppia e familiare, con particolare attenzione agli sviluppi della ricerca clinica in ambito relazionale e neurobiologico. Con D. Bruni ha curato il volume *Il ritmo della mente. La musica tra scienza cognitiva e psicoterapia*, Mimesis, Milano, 2016.

PRELUDIO
LA DIMENSIONE MUSICALE NELLA CLINICA
DELLE RELAZIONI FAMILIARI

di *Giuseppe Ruggiero*

1. Il colore della mente

Cultura, mitologia familiare, espressione individuale, creatività, narrazione condivisa, ma anche imitazione, rispecchiamento, risonanza e corrispondenza: tanti diversi elementi, tutti contenuti nello spazio-tempo di una performance musicale. Ravi e Anoushka Shankar. Padre e figlia. Il sitar come simbolo della cultura musicale indiana. Le tabla fanno da terzo ritmico tra i due fraseggi melodici. “Live Raag Kamaj”: una performance musicale che assomiglia a una preghiera, recitata nello spazio sacro di un teatro, sul confine tra esecuzione e ascolto, improvvisazione e metodo, espressività e lirismo interiore.

Il padre, Ravi, seduto al centro, in modo da poter rivolgere lo sguardo ora al percussionista, alla sua destra, ora a sua figlia Anoushka, alla sua sinistra, dirige ed esegue, sta dentro, immerso nel proprio suono, e al tempo stesso esplora, curioso, quello degli altri due musicisti, i quali a loro volta cercano in quel suono lo sviluppo del proprio. I tre si guardano, esitano, parlano attraverso gli occhi con leggeri e impercettibili movimenti del capo, muovono all'unisono i piedi. Si accordano e si accorgono, l'uno con l'altro, l'uno dell'altro, in una rappresentazione di affettività condivisa e reciproco riconoscimento. Mettono insieme i cuori, le menti, i movimenti corporei, per raccontarci una storia di devozione e di amore. È più di un semplice suonare insieme. La parola “raga” significa “colore della mente”. Ogni raga indiano è associato a una precisa emozione e andrebbe suonato in una precisa ora del giorno, come anche in una specifica stagione dell'anno. Ecco perché in genere i raga del mattino sono devozionali, canti rivolti al giorno che nasce, mentre quelli serali evocano sentimenti di amore, di nostalgia o passione. Il brano musicale diventa pertanto una sorta di rituale ritmico e melodico, messo in scena per celebrare una leggenda che viene da lontano, che racconta di valori, visioni e modi di essere al

mondo trasmessi da una generazione all'altra. La figlia attende un cenno del padre, ma non ha paura di cercare da sola il suo sentiero di suono nella foresta ritmico-melodica disegnata del genitore. I suoni alti e bassi delle percussioni fanno intrecciare ritmicamente i due fraseggi, il paterno e il filiale, il maschile e il femminile, la sicurezza e l'accoglienza. Continue e sorprendenti variazioni melodiche, timbriche, ritmiche, costituiscono l'anima del dialogo sonoro, come se fossero domande aperte, proposte e sfide imitative, slanci ascendenti e discendenti lungo le scale musicali di base, a sottolineare la concezione ciclica del tempo e la struttura altrettanto ciclica del ritmo. Si apprezza il valore e il senso di un'esperienza che dall'inizio alla fine si rivela essenzialmente corale, pur lasciando emergere la creatività dei singoli esecutori. Si nota persino un accenno alla difficoltà di stare nella stessa, profonda dinamicità del suono, che appare talvolta incontenibile tanta è l'energia che veicola e trasmette. Sembra che sia Anoushka a mostrare, se pur in maniera sempre calma e pacata, i segni di un certo disagio nel seguire gli sviluppi impreveduti del sitar del maestro e padre Ravi. Fino alla risoluzione del conflitto, generato da una costante ricerca di convergenza che attraversa tutta la performance, quando, grazie alla sincronia ritmica del movimento dei piedi, si arriva alla perfetta sintonia emotiva dei volti di padre e figlia. Così Ravi e Anoushka alla fine si ritrovano, si ricongiungono, dopo aver fatto esperienza della frattura, del distacco momentaneo e della riconnessione, proprio nell'ultimo passaggio, perfettamente all'unisono.

La commozione di chi ascolta è massima, soprattutto all'apice della tensione creata dalla condizione di religioso ascolto e dissoltasi nel finale. Rimane la consapevolezza di aver partecipato a un evento irripetibile, un'esperienza profonda di bellezza e spaesamento, vitalità e stupore, desiderio ed elevazione.

Non una sola parola, come a voler sostenere l'idea che nella musica, come nell'esperienza della psicoterapia, quando la parola è incarnata la musicalità del gesto e la ritmicità dello scambio fanno emergere il senso profondo della storia che nessuna forma di linguaggio verbale potrà mai portare completamente alla luce¹.

Dal sitar indiano di Ravi Shankar all'esperienza della psicoterapia: un ponte tra oriente e occidente. "Il conosciuto non pensato" di Bollas rimanda al pensiero, al modo di essere e di relazionarsi del mondo orientale, a quella diversa parte della mente, preverbale, connettiva, sincronica, in cui la forma è più importante del contenuto e la spiegazione logica lascia il posto alla suggestione poetica (Bollas, 2013).

1. Il video è disponibile su https://www.youtube.com/watch?v=9xB_X9BOAOU.

La mia tesi è che in psicoterapia la funzione mentale che valorizza i registri impliciti della comunicazione e della relazione vada integrata con la dimensione verbale e narrativa, quella che Stern definisce “l’agenda esplicita del terapeuta”, dove annotiamo fatti, significati, ipotesi, prospettive (Stern, 2006). L’una non può esistere senza l’altra, talvolta infatti terapeuta e paziente stanno in posizione frontale, colgono sguardi, gesti, movimento, forza, energia nello spazio della relazione, talvolta invece, siedono uno accanto all’altro e guardano insieme il racconto, le criticità, le fratture, le soluzioni delle storie di vita.

Più che di agende, implicita ed esplicita, preferisco parlare di “pentagramma relazionale”, proprio per dare risalto all’integrazione tra queste due funzioni mentali. Su un pentagramma, infatti, si possono scrivere le note, disponendole sui righe, si può decidere in che chiave suonare, ma saranno solo gli abbellimenti, le indicazioni a margine che daranno colore e ritmo all’esecuzione. La metafora del pentagramma contiene sia la dimensione narrativa sia quella emozionale della relazione terapeutica. Accanto al “cosa” e al “perché” accade quel che accade in terapia, è necessario occuparsi del “come”. Come vengono colti e accolti certi passaggi nello scambio implicito tra terapeuta e famiglia, come vengono enfatizzati e condivisi. Come si sta nel dolore, nel silenzio, nel gioco, nella memoria e nel desiderio. Come si usano le mani, gli occhi, le battute, le pause. Come si invita un bambino a fare un gioco con il papà e la mamma, un adolescente a mostrare le musiche e le immagini conservate gelosamente nel suo smartphone o i tatuaggi nascosti sul corpo, i genitori a cercare tra i ricordi dell’infanzia e dell’adolescenza quelli più adatti a essere condivisi con i loro figli. Come si parla di morte, di amore, di rimpianti, come si lascia spazio alle persone assenti, la cui assenza è più intensa di qualsiasi altra presenza.

Ed è proprio di questo che mi accingo a parlare.

Una forma particolare di intelligenza, dunque, sta alla base del processo di cura. Un’intelligenza che connette la mente con il cuore, come una sinapsi virtuale (Ruggiero e Bruni, 2015). Essa ha una natura musicale e qualità essenzialmente ritmiche; anche quando si affida al canto, cioè alla parola, preferisce la parola poetica, che, unica, è in grado di risvegliare la mente e stimolare il dialogo interrotto tra cervello, corpo e mondo.

Questo contributo, in continuità con un precedente scritto (Ruggiero e Bruni, 2015), intende approfondire il costrutto di intelligenza terapeutica, intesa come sintesi di tutte le diverse operazioni cognitive, affettive, emotive e relazionali che il clinico compie durante il processo terapeutico e a cui egli imprime le caratteristiche salienti del proprio stile personale.

Le forme in cui tale tipo di intelligenza si mette in atto comprendono i modi con cui vengono colti e sviluppati gli scambi relazionali durante

tutto il processo terapeutico. Secondo una prospettiva estetica, potremmo immaginare ogni singolo incontro come il luogo in cui viene costruito un pentagramma relazionale, sintesi armonica tra narrazione, drammatizzazione e mentalizzazione, su cui possiamo collocare, come note in evoluzione, la linea melodica della storia, il tema dominante, le sue variazioni, ma soprattutto l'andamento ritmico. Ed è proprio su quest'ultimo aspetto che, a mio avviso, dovremo lavorare, per stimolare il processo di cambiamento. Vedremo come il costrutto di *forma vitale* di Stern (2011) può essere applicato alla clinica delle relazioni familiari, aiutandoci a comprendere la natura musicale dell'incontro terapeutico. Si tratta di qualità sistemiche emergenti, disponibili a essere intercettate da uno sguardo attento e da una mente ferma. Esse raccontano di distanze emotive e laceranti incomprensioni, ma anche di tentativi e proposte di riconoscimento, di contatto, di un modo diverso di stare in relazione. Sono, infine, le parole che in terapia lasciano spazio agli sguardi, alle immagini e immaginazioni, a tutte quelle azioni riflessive in grado di alzare di un tono la realtà, di suscitare emozioni, aprendo la visione su scenari relazionali meno rigidi e più vitali. Costituiscono *il colore della mente familiare*, l'emozione che lo genera, lo spazio che sa accoglierlo, il ritmo che può trasformarlo.

2. Esercizi di stile

2.1. *Dai sitar agli ottoni. "Accordare" in terapia familiare*

La descrizione di questo breve frammento clinico, relativo ai primi venti minuti di una seduta di terapia familiare, ci aiuta a riflettere sull'importanza della ricerca di punti di connessione tra i linguaggi impliciti della famiglia e le risonanze, viscerali ed emotive, del terapeuta. Oggi, per me, questa è la migliore porta di ingresso nel sistema familiare. Ciò che osservo, infatti, non è separato da ciò che percepisco e sento.

Si accomodano nel semicerchio dello spazio scenico, accuratamente predisposto. Sono in cinque. Si siedono e subito ti danno l'idea di pesantezza. Sono ancora figure indistinte, anche se le posture e il modo di sedersi già esprimono tanto. Si colgono appena le traiettorie generazionali, si fa fatica a pensare che ci sia stato un tempo in cui padre e madre, che ora stanno sui due fianchi, si sarebbero seduti al centro, tra i loro genitori, come le figlie adesso, che mostrano sguardi tristi, non dei sedici e dei vent'anni, ma di fatica e rabbia. Nel sedermi di fronte mi sento subito pervaso dal bisogno di allungare le braccia, di stendere un attimo le gambe, come per autorizzarmi, qualora dovessi dimenticarmene, a una libertà di movimento.

Così che entri e già cogli il colore, la forma. L'immagine della famiglia sta lì davanti a te, tutta insieme, come in un dipinto, presto verrà la musica, come in sala, prima della prima. Si attende soltanto la battuta d'inizio.

Sul pentagramma il primo rigo con la chiave di accesso: sonata per ottoni e fiati! Difficile entrarci, stare comodi. L'ironia, di primo pelo, viene respinta. Qui non si scherza, niente linguaggi "social" con le più giovanette, si profilano giornate pesanti di studio, discussioni interminabili per futili questioni, coalizioni consolidate nel tempo. Si gioca facile a individuare le dinamiche dentro la famiglia, premi un pulsante sull'insofferenza della figlia maggiore e ti risponde l'attacco spietato della secondogenita, che sembra la madre della prima, e vedi che tutte e due sono a loro volta le vice mamme della minore. Dopo di che la luce si accende sul lato della madre, che, per difendersi dagli strali delle figlie in competizione su chi di loro tre si sia caricata di più dei problemi della coppia, si lancia alla ricerca disperata di qualcuno che la difenda, mentre solleva un dito che è tutt'uno con gli occhi lucidi sull'inerme silenzio del padre, ultimo a parlare, primo a rallentare il ritmo della conversazione. La danza è cominciata. E non sono soltanto gli ottoni a crearla, ma anche dei rumori sordi di tamburi di guerra.

L'orecchio si stanca presto, espelle i suoni più stridenti, le mani invitano alla calma, cercando lo spazio più utile per un assolo. Si fa largo un sentiero, tra le lacrime della figlia maggiore, che grondano umanità oltre i significati e mi catturano i sensi, come se fossero la voce straziante di un sax contralto. Del resto, questo strumento, fin dalla sua origine, ha unito tra loro ottoni e legni! Fraseggio, mi connetto, colpito dal timbro vocale più che dalle parole, e dalle espressioni del volto che traducono lo sfogo di rabbia e di pancia. "Non ne posso più", richiesta accorata di aiuto, di riconoscimento di una sofferenza mai del tutto vista e condivisa. Dentro il "Vi rendete conto di quello che state dicendo?", scavo il calco di un'infanzia mai leggera, di un'adolescenza passata sui libri, quelli di scuola e di università, ma anche quelli di casa, dove stanno scritti i conti familiari che non tornano. Allora provo a mettere insieme il gesto della mamma che non bussa prima di entrare e scarica addosso alla primogenita tutto il peso di un matrimonio che non va, la voce atona del babbo che accenna tenuamente a una qualche difesa, appellandosi al suo precario stato di salute, ma sembra soccombere alla consorte che non spreca una parola sola in suo favore e tira in ballo il rovesciamento dei ruoli, dentro e fuori le mura; la voce stridula della secondogenita che mescola preoccupazione e competizione, dall'alto della sua poltrona centrale, giusto di fronte alla mia, giudice e arbitro delle sue e altrui sventure; il sorriso appena accennato della più piccola delle tre, che mi racconta di dolci evasioni fuori controllo, aprendomi il cuore a una speranza, a una parte buona di alleanza. Il risultato arriva veloce: la danza

non è solo un gioco di ipotesi, ma un movimento della famiglia appreso e ripreso, che svuota di energie i singoli danzatori, i quali, pur di continuare con lo stesso passo, hanno dimenticato il piacere e la bellezza di danzare. Stesso movimento di allungamento muscolare, a distanza di venti minuti circa. È possibile che mi senta già devitalizzato? Come se avessi fatto una lotta fisica, pur senza muovere un dito! Effetto della frustrazione di chi si arrabbia, colpisce ora uno, ora l'altro avversario, eppure continua a restare imprigionato nella stessa gabbia.

Ora mi toccherà comunicare, cioè provare a metter in comune con loro qualcosa di quello che ho sentito, che mi hanno suscitato. Mi preparo, accordo lo strumento, tra i legni, i fiati e il sassofono, mi viene in mente il piano/forte, perché con tasti neri e bianchi può cercare una melodia, non un punto di accordo, ma un tessuto sonoro che accompagni diversamente le singole voci. E il titolo di un famoso brano di Duke Ellington: "It don't mean a thing if it ain't got that swing" "Non ha senso se non ha dello swing". Riusciremo a cambiare ritmo?

Mi sembrate così stanchi, ho sentito tutta la vostra fatica, state resistendo non so bene a che cosa, ma si vede che fate uno sforzo davvero notevole. Mi hanno colpito le vostre voci, più delle parole, come se solo alzando il tono riusciste a far comprendere agli altri quel che state provando dentro. Con un risultato piuttosto deludente. Mi ha toccato molto il pianto di questa figliola, il suo slancio accorato, ma anche le sue lacrime, signora, se pur diverse, quasi che lei, per disperazione, le avesse strozzate in gola. Mi sono chiesto: come mai qui dentro c'è così poco spazio per esprimere le proprie debolezze?

Cala il silenzio, per qualche attimo, i corpi rallentano il ritmo del respiro, si ritirano dentro come a riflettere, senza guardarsi negli occhi è più semplice. Allora chiedo gentilmente di distanziare un po' le sedie, qualcuno, che non lo ha ancora fatto, con gesto disinvolto toglie via il cappotto, la piccola accenna a un sorriso complice, ha occhi vispi di chi vorrebbe tagliare la corda, ma non può o non sa se può osare farlo. Del resto, con l'esempio delle sorelle... Raccolgo la proposta implicita e la tiro dentro: "Allora ti posso chiedere di darmi una mano? Bene, dimmi una cosa: se non fossi venuta qui stasera, dove saresti andata a divertirti?".

Sorridono tutti, le spalle ora più morbide cedono alla seduta comoda. Per un attimo il colore della mente familiare è mutato e a sentir bene anche la musica è meno spezzata, anche se non è ancora swing!

Più avanti scoprirò che il motto di questa famiglia, da più generazioni, suona così: "Non è mai abbastanza". Maestoso, come un trombone in una banda di quelle che accompagnano le processioni d'estate.

Per descrivere questi delicati processi relazionali ho utilizzato parole prettamente "fisiche", una forma di linguaggio/azione che si esprime in

termini di pesantezza, slancio, stanchezza, resistenza, sforzo, energia. L'aspetto rilevante, infatti, della dinamica familiare non è il conflitto esposto da genitori e figlie, ma il dinamismo delle sue forme incarnate, evidente nei gesti, negli sguardi, nella sonorità del parlato. Ci sono tanti modi diversi di arrabbiarsi, piangere, protestare, accusare, tanti differenti stili personali di muovere emozioni e intenzioni. Tutti questi modi di essere-con, appresi nel contesto familiare, rendono ogni famiglia unica e rappresentano la qualità sistemica emergente, in più o in meno, dalle dinamiche relazionali strutturate nel tempo del suo ciclo di vita. Ogni membro della famiglia si aspetta qualcosa dall'altro, ognuno ha promesso qualcosa all'altro, ognuno teme e alimenta il giudizio dell'altro. Il bisogno di legame si scontra con quello di autodeterminazione. Il punto è scoprire come la famiglia mette in scena queste dinamiche mentre parla di dolore, paura, vergogna, rabbia, delusione.

È sicuramente importante cercare di comprendere che cosa fa ciascuno per mantenere il gioco familiare, per quali motivazioni, ma soprattutto fare emergere il modo in cui lo fa. Per esempio, nelle prime interazioni con questa famiglia mi è saltato subito agli occhi che la primogenita aveva un modo di emozionarsi molto simile a quello del padre: inizialmente accennava a esprimere la sua rabbia, ma subito si ritirava, evitando lo scontro diretto e dirigendola verso l'interno. Tutto questo contenuto in un atteggiamento, in un movimento del tronco e delle braccia prima in avanti poi all'indietro. Questo stile emotivo era evidenziato da tutti gli aspetti che concorrono a definire una forma vitale, come descritti da Stern, e cioè forza, tempo, spazio e direzionalità, come quattro componenti intrinseche al movimento (Stern, 2006). I suoi movimenti discontinui, il pianto soffocato e disperato, il modo di difendersi e prendere le distanze raccontavano molto di più e in modo più pregnante i passaggi significativi della storia che di lì a poco mi avrebbero esposto: la malattia progressiva del padre, la difficoltà dell'intero sistema a tenere insieme crescita e perdita, futuro e passato, in un presente mai vissuto del tutto pienamente, l'impossibilità per le figlie di deludere i genitori, le loro aspettative sempre troppo alte. La secondogenita, invece, sembrava assomigliare nell'espressione gestuale alla madre, con cui tendeva a scontrarsi di più per affinità di forza ed energia. Infine mi avevano colpito i ritmi diametralmente opposti dei due genitori, senza possibilità alcuna di mediazione, manifestati dai diversi stili di eloquio: la lentezza di parole e movimenti del marito, da una parte, la fretta energica dei gesti e delle frasi della moglie, dall'altra.

Esistono tanti modi per svelare alleanze e coalizioni all'interno di un sistema familiare. Sono convinto però che entrare subito nel tessuto "sonoro" degli scambi relazionali consenta al terapeuta non solo di intercettarle, ma anche di sperimentarle dentro di sé. Con l'effetto di intervenire in maniera più autentica, sintonica ed efficace. Come possiamo parlare infatti di al-

leanza terapeutica senza dare valore ai continui accomodamenti posturali e affettivi che ci aiutano a sincronizzarci sul ritmo della famiglia? Il terapeuta osserva attentamente mentre partecipa emotivamente, sta dentro e fuori contemporaneamente, cercando di identificare non solo il tipo di danza sistemica che contraddistingue la famiglia, ma anche l'intensità degli scambi comunicativi e degli affetti che li veicolano. Tutto questo viene filtrato all'interno della cassa di risonanza della sua percezione soggettiva, condivisa, quando è possibile, attraverso linguaggi adeguati al contesto e alle sue continue trasformazioni.

Se proviamo a rileggere gli scritti più significativi dei pionieri della terapia familiare, come Withaker o Minuchin, oppure a rivederli mentre lavorano durante sessioni cliniche videoregistrate, probabilmente ritroveremo in azione molte delle attuali teorie che provengono dagli studi neurobiologici (Siegel, 2001; Gallese, Migone e Eagle, 2006; Cozolino, 2008), dall'*infant research* (Stern, 1987; Tronick, 1989; Sander, 2007) e dal paradigma dell'intersoggettività (Trevarthen, 1979; Ammaniti e Gallese, 2014): la sintonizzazione e la regolazione emotiva, l'esperienza pregnante dello scambio interpersonale diretto, la circolazione fluida e il contenimento degli affetti, il "fare insieme" che dà maggiore risalto all'essere con l'Altro, emotivamente, in maniera vitale.

Quelle terapie, riviste con gli occhi di oggi, si rivelano vera e propria musica scritta a più mani su un pentagramma invisibile, di genere diverso a seconda delle circostanze, ma quasi sempre assimilabile a una jam session. La capacità di improvvisare deve saper includere, infatti, una corretta lettura del contesto generato da ciascuna proposta sonora. Come nel jazz non si suona quello che si ha nella mente, ma si raccoglie quello che viene generato durante tutta la performance musicale (Sparti, 2005), analogamente in psicoterapia si propongono brevi frames ritmico-sonori, piccole variazioni sul tema che creano le basi per la nascita di nuovi profili melodici e armonici. Gli errori non sono trappole da evitare, piuttosto rappresentano utili informazioni per procedere nella ricerca di nuovi equilibri relazionali. Le tecniche vengono applicate in modo creativo, negoziate e contaminate. Suonare insieme la musica della famiglia non vuole essere solo una metafora, ma il frutto di una condivisione aperta e generativa tra tutti i membri del sistema terapeutico.

Chi non ricorda, ad esempio, i gesti delicati ma decisi con cui Minuchin ridefiniva i confini tra i sottosistemi familiari, o il modo del tutto spontaneo con cui portava avanti un'interazione di gioco con i bambini durante una consultazione familiare? Eccolo lì, sembra vederlo, seduto a terra, interessato e divertito al tempo stesso, intento a costruire momenti pregnanti sotto gli occhi di mamma e papà, che da spettatori sono invitati a entrare in scena, a interagire con i loro figli, per trasformare il clima pesante, seve-

ro, di colpevolizzazione e giudizio dei primi minuti in una forma vitale più morbida e distesa.

“Avete paura di questi bambini qui, che vi distruggono la casa?”, chiede il terapeuta al papà.

“Voi grandi e grossi e loro così piccini...”

Sono tra le poche parole che egli utilizza durante questa fase dell'incontro. Che cosa deve essere accaduto in questa famiglia, sembra domandarsi Minuchin, per cui riesce tanto difficile regolare lo scambio emotivo e si fa fatica a muoversi, a parlare, persino a giocare? La famiglia sembra essersi chiusa asfitticamente in una di quelle danze sistemiche in cui più la moglie è insoddisfatta del marito, più i bambini si danno da fare per polarizzare l'attenzione su di loro, più il papà diventa severo e intransigente, più la mamma appare impotente... La famiglia appare spenta, proprio perché intrappolata in un clima di rigido giudizio, costretta nella ripetitività di schemi inefficaci di controllo/rabbia/frustrazione/controllo. Tale dimensione implicita rimane sullo sfondo delle ipotesi, che non vengono ancora condivise. Per adesso, infatti, il terapeuta sceglie evidentemente una strada diversa: quella di lavorare sull'intersoggettività, sulle forme vitali del sistema, sull'implicito relazionale, e lo fa, coerentemente, usando il proprio corpo, il movimento, la prosodia, il gioco. Ma soprattutto, come si può evincere dal suo sguardo, dal tono della voce e dai gesti, lo fa divertendosi, esprimendo pienamente il piacere di stare insieme a quella famiglia nella stanza di terapia.

Withaker e Minuchin restano dei grandi clinici, ma soprattutto ottimi *bricoleurs* ed eccellenti performers musicali. Il loro stile inconfondibile riesce ancora a emozionare e ci fa riflettere sul rapporto esistente fra tradizione e innovazione nel campo della psicoterapia.

Credo che in ambito sistemico ci siamo occupati troppo poco di alcuni aspetti della relazione terapeutica: ciò che ogni terapeuta trasmette di sé al paziente e alla famiglia, la sua capacità di aderire e accompagnare le emozioni che emergono, ma anche il proprio slancio vitale, a prescindere dal tipo di problematica che si sta affrontando, dai sentimenti, positivi o negativi, che vengono condivisi nel campo intersoggettivo. Solo un costante lavoro di ascolto interiore e di consapevolezza può consentire al terapeuta esperto di esprimersi in maniera al tempo stesso rilassata e focalizzata, attingendo a quelle che ho definito le tre caratteristiche essenziali della “mente estetica”: l'intelligenza, la creatività e l'umorismo (Ruggiero e Brunni, 2015).

Tutti gli strumenti e le tecniche utilizzati nel modello clinico a orientamento sistemico-relazionale conservano una propria specificità ed efficacia, anche se arricchiti dall'esperienza delle nuove generazioni di clinici. Basti pensare alle tante variazioni del genogramma familiare (Montagano e

Pazzagli, 1996; de Bernart, 2007) o della scultura (Onnis, 2005), fino ai giochi interattivi che esplorano le triadi familiari (Fivaz-Depeursinge *et al.*, 2004). Le stesse domande relazionali, circolari, trigenerazionali, riflesive, come descritte dai pionieri (Andolfi, 2003), restano punti fermi del nostro modello clinico. Il punto è in quale cornice relazionale inserire tutti questi importanti attrezzi del mestiere, riservando particolare attenzione al “quando” utilizzarli, cioè al *timing*, e al “come”, cioè lo stile. Certamente strumenti e tecniche vanno riletti e ridefiniti alla luce delle più recenti ricerche in ambito neurobiologico, che sollecitano il clinico a evitare un uso riempitivo o performante della tecnica, preferendo momenti di esperienza congiunta in cui siano in primo piano i bisogni affettivi dei singoli membri della famiglia, primo tra tutti il bisogno di sentirsi sentiti nella mente dell'Altro, la cui mancanza può generare sofferenza, diffidenza, rabbia, talvolta persino violenza.

2.2. *S-concerto di famiglia alla ricerca di un blues. “Armonizzare” in terapia familiare*

Renato ha solo sedici anni. Lo accompagnano in terapia suo padre, avvocato affermato, e sua madre, impiegata in un'azienda privata. Più avanti si unirà alla squadra anche Giò, il fratello di qualche anno più piccolo. A casa sono rimasti i generali del corpo familiare, sorella e madre del padre, da sempre presenti a pieno titolo nelle questioni di famiglia arrivate ormai a un punto morto. Renato, più che ribelle, sembra voler attraversare la sua adolescenza a briglie sciolte: comportamenti al limite della legalità, abbandoni scolastici, atteggiamenti provocatori nei confronti dei genitori, spesso degenerati in episodi di violenza. Dopo le prime consultazioni familiari attivo due setting paralleli: uno con il ragazzo e uno con i genitori. Ogni tanto diventano tre, con l'aggiunta di quello familiare, nelle due versioni, ristretta e allargata ai parenti importanti! Renato mi segue, forse perché non cedo alla tentazione diagnostica e nemmeno alle telefonate del papà per l'emergenza del sabato sera. Mi segue sulla scia delle mie genuine curiosità: gli ambienti mentali e geografici che frequenta, i sentimenti che prova quando butta i pomeriggi per strada, “annoandosi per non annoiarsi”, o quando sfida le guardie, come le chiama lui, del suo quartiere con impennate di motociclette e inseguimenti notturni di “gomorriana” memoria, la sua rappresentazione interna di famiglia. Ben presto vengono fuori le sentenze e i giudizi spietati di un figlio adolescente verso un padre in fondo fragile, con un piede ancora nella casa di origine, stretto tra l'incudine di madre e sorella, a cui continua a dare spazio di parola e di azione, e il martello di una moglie arrabbiatissima, esausta per le continue ingerenze

di suocera e cognata nella sua casa, dalla cucina, alle vacanze, all'educazione dei figli.

Anche i genitori di Renato mi seguono, se pur con difficoltà. Li aiuto lentamente a spostare lo sguardo dalle malefatte del figlio, a rivedere il loro progetto coniugale, a cercare una maggiore coordinazione nel compito genitoriale e soprattutto a ridefinire quei confini sempre troppo labili tra casa di sotto e casa di sopra. Il ritmo è incalzante e discontinuo: brevi accenni di rabbia, tra malcontenti e rivendicazioni, dall'una e dall'altra parte si alternano a momenti di totale rassegnazione. Prevale una forte reattività nelle interazioni, un elevato livello di ansia che su di me ha lo stesso effetto che ha sul figlio sedicenne. Lo vedo mentre fa saltare il tavolo in cucina. Provo la stessa rabbia, la stessa insofferenza, mentre mi perdo dietro le loro parole affrettate. Lei lo accusa di farsi comandare, di non stare mai dalla sua parte. Lui la critica per lo scarso accudimento nei confronti dei ragazzi, per il modo con cui fa irritare Renato, che è già nervoso di suo. Ascolto e segno sul pentagramma: crescendo, senza pause. Se tolgo il verbale, i movimenti che fanno sembrano quelli di piccoli animali in gabbia. Si agitano ma sono rassegnati. Il figlio si comporta come una scheggia impazzita, l'impronta della famiglia è proprio questa: girare a vuoto, tanto rumore per nulla, agire per non sentire, per non soffrire.

Ci sono famiglie che si spengono in questo modo, dietro una facciata di iperattività inconcludente. Tocco i tasti del mio pianoforte, suonerei un blues, per aiutarli a toccare il dolore che si cela da sempre dietro i loro infiniti sforzi. Ma non trovo il tempo più che il giro di accordi. Decido di aspettare. In realtà, quando il padre impara a non darsi più tanto da fare per cercare di salvare il figlio, come era prevedibile, si deprime. Il suo cuore dolente e stanco si fa sentire. Solo allora comincia a prendersi cura di sé. Anche sua moglie cerca di liberare i suoi polmoni intossicati dal fumo, l'ansia le dà un po' di tregua, il respiro si allunga pieno di gratitudine. La nostra terapia diventa una pausa per riflettere, per imparare a "so- stare".

Dal canto suo, Renato apprezza, la medicina per lui si chiama riconoscimento: non basta mai, anche quando lo hai. Fino a che non te lo dai! Solo che per Renato è presto. Siamo ancora indietro in questo processo. Scelgo, invece, di stare sulla sua vita. E mi trovo catapultato dentro la trama di una storia senza alcuna direzione ma con tanti agiti, scandita da tempi morti e lunghi, senza passione alcuna, senza slanci se non quelli di immaginazione: basta un semplice taglio di capelli dal barbiere dell'identità, una rissa fuori al bar del quartiere, uno sputo sul piatto di casa, che sa di imbroglio malcelato, qualche momento di distacco dal reale, che serve, e come, ad anestetizzare un dolore che non si sa dove cercarlo, dove tenerlo, come affrontarlo. In realtà la vita in famiglia scorre in maniera monotona. Quella di Renato si rivela ai miei occhi complici una vita piegata sotto il peso di