

Luca Vallario

La *lunch session* trifasica

Uno strumento
per e oltre i DCA

PSICOTERAPIE

FrancoAngeli



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.



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.

Luca Vallario

**La *lunch session*
trifasica**

Uno strumento
per e oltre i DCA

FrancoAngeli

PSICOTERAPIE

In copertina: Claude Monet, *La colazione* (1873), particolare

Copyright © 2013 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.*

*A Flavia, al tuo palato curioso e ghiotto,
perché si appassioni all'incontro con i sapori nuovi
portando in dote con sé il retrogusto di quelli antichi*

Indice

Presentazione , di <i>Carmine Saccu</i>	pag.	11
Prefazione trifasica , di <i>Gianmarco Manfreda</i>	»	15
Introduzione , di <i>Maurizio Martorelli</i>	»	19
Note dell'autore	»	21

Parte prima

1. La psicoterapia tra arte e scienza	»	29
1. Flavia: da Babilonia a Vienna	»	29
2. La psicoterapia come cambiamento	»	31
3. La psicoterapia come scienza artistica	»	37
4. La psicoterapia come metafora	»	40
2. Il terapeuta e il setting	»	45
1. Il terapeuta dallo specchio al Sé	»	45
2. Il potere del terapeuta-attore	»	50
3. Il setting: contenuto e contenitore della terapia	»	54
4. Setting epistemologico e setting clinico	»	57
5. Il setting come spazio metaforico	»	62
6. Il setting come spazio sperimentale	»	63
3. Mangiare oltre il cibo	»	67
1. Le metafore del mangiare	»	67
2. Mangiare patologico	»	74
3. I DCA come metafore	»	79

4. La <i>lunch session</i> trifasica	pag.	83
1. La terapia dei DCA	»	83
2. La <i>lunch session</i> di Minuchin	»	85
3. La tavola come setting naturale	»	87
4. La <i>lunch session</i> : il modello trifasico	»	90
4.1 Le tre fasi	»	92
4.2 Prima fase: l'antipasto	»	93
4.3 Seconda fase: il primo	»	94
4.4 Terza fase: il secondo	»	95

Parte seconda

1. Criteri di presentazione dei casi	»	99
2. Storie di straordinaria alimentazione	»	100
1. I Cerchio: l'ortoressia per lo svincolo	»	100
1.1 Antipasto	»	101
1.1.a Contenuti	»	101
1.1.b Analisi	»	102
1.2 Primo	»	103
1.2.a Contenuti	»	103
1.2.b Analisi	»	104
1.3 Secondo	»	104
1.3.a Contenuti	»	104
1.3.b Analisi	»	106
1.4 Evoluzione	»	106
2. I Quadrato: il partito dell'Io nella confusione	»	108
2.1 Antipasto	»	109
2.1.a Contenuti	»	109
2.1.b Analisi	»	109
2.2 Primo	»	110
2.2.a Contenuti	»	110
2.2.b Analisi	»	110
2.3 Secondo	»	111
2.3.a Contenuti	»	111
2.3.b Analisi	»	113
2.4 Evoluzione	»	114
3. I Rettangolo: il rito del cibo	»	114

3.1 Antipasto	Pag.	115
3.1.a Contenuti	»	115
3.1.b Analisi	»	115
3.2 Primo	»	116
3.2.a Contenuti	»	116
3.2.b Analisi	»	116
3.3 Secondo	»	117
3.3.a Contenuti	»	117
3.3.b Analisi	»	119
3.4 Evoluzione	»	119
4. I Triangolo: il blocco nel cambiamento	»	120
4.1 Antipasto	»	121
4.1.a Contenuti	»	121
4.1.b Analisi	»	121
4.2 Primo	»	122
4.2.a Contenuti	»	122
4.2.b Analisi	»	123
4.3 Secondo	»	123
4.3.a Contenuti	»	123
4.3.b Analisi	»	126
4.4 Evoluzione	»	127
Conclusioni	»	129
Bibliografia	»	133
Filmografia	»	151

Preoccupazione

di Carmine Saccu*

Dietro lo specchio direzionale eravamo in undici.

Dentro la sala di terapia Maurizio Andolfi, Ruggero Piperno e la famiglia sedevano intorno a una tavola imbandita. Era il 1976 e l'evento, nuovo e importante, aveva mobilitato tutti noi. Dietro lo specchio, in un clima di solidarietà e di altruismo insoliti, per certi versi inconsueti, si erano accumulati panini, patatine, bibite, vari tipi di biscotti: tutti continuavamo a offrirci bevande e vivande, in un rito inconsapevole, a tratti sbadato, a tratti scomposto, a tratti consolatorio: in realtà, senza capirne la ragione.

Una delle ragioni era semplice e sotto i nostri occhi: stavamo per assistere alla prima autonoma *lunch session* italiana. Una "prima" sull'onda del verbo sistemico-relazionale. Teorizzata, soprattutto realizzata, negli Stati Uniti da uno dei primi e più prestigiosi rappresentanti del modello familiare, Salvador Minuchin, con pazienti affetti da anoressia, la seduta si strutturava in un pranzo all'interno del setting, cui prendeva parte l'intero sistema terapeutico. Quel giorno, intorno alla tavola imbandita, c'erano il professore, l'apprendista terapeuta, la famiglia.

La tavola era stata preparata con cura. Giusy, la ragazza anoressica di 17 anni, si era attivata, così come richiestole dal terapeuta, per organizzare la presentazione dei cibi scelti e cucinati con cura dalla famiglia e per distribuire i posti attorno al tavolo.

* Direttore della **Scuola Romana di Psicoterapia Familiare** (Roma, Napoli, Avellino, Crotone, Cagliari).

La famiglia aveva eseguito il compito con cura e attenzione, inconsapevole di essere sulla scena di una prima nazionale, ma ben consapevole dell'occasione terapeutica che aveva davanti.

Ricordo il contrasto, subito evidente per me, e soprattutto per il mio stomaco, tra le prelibatezze familiari e i due tramezzini, quasi d'ordinanza, dei terapeuti: questi ultimi non erano il segno di una sufficienza, di una non curanza, ma la regola.

La regola di non "sporcare" lo scambio familiare della tavola, di non stare troppo dentro il processo, era in parte già contraddetta da quel rito che si consumava sotto i nostri occhi: in tempi di prima cibernetica, montava già il gusto della seconda, che avrebbe imposto, tra gli altri, il piacere di un maggiore coinvolgimento del terapeuta.

La regola, soprattutto, di dare il "potere" a quel paziente designato, che il potere se lo prendeva solitamente attraverso il sintomo.

Dare il potere all'anoressica, nell'epoca in cui la teorizzazione del controllo della relazione da parte del terapeuta costituiva uno dei tratti cruciali del nostro agire, rappresentava un'opportunità nuova.

Rappresentava una maniera per favorire un contesto collaborativo.

Più in generale, l'uso del cibo come veicolo di comunicazione permetteva l'osservazione delle modalità comunicative della famiglia in un momento in cui le emozioni familiari trovavano maggiore espressione, erano tenute a freno in maniera minore rispetto al solito.

Quella scena richiamava in me l'assonanza con uno dei riti che più mi attraggono: quello del mangiare insieme, in cui ci si fa *cum - panis*, in cui ci si racconta, in cui si portano parti di sé sincroniche e diacroniche, in cui ci si sintonizza più facilmente sul terreno delle emozioni.

Al termine di quella seduta, caratterizzata dalla forte provocatorietà dei terapeuti nei confronti di Giusy, tutti noi da dietro lo specchio ci precipitammo nel setting. Non ho mai riflettuto abbastanza sulle ragioni di quel precipitarmi, che fu anche vorace: penso al desiderio di prendere parte a un pasto, al desiderio di toccare quella nuova occasione. C'era, sicuramente, la fame della novità, della curiosità, dello stimolo alla fantasia che avrebbe contraddistinto l'azione di molti terapeuti familiari negli anni a seguire. Fu la nostra prima *lunch session*, anche una delle ultime: anche qui, non so dire molto sulle ragioni per cui questo rito sia caduto in disuso.

Personalmente, nel maggio del 1974, avevo avuto modo di parte-

cupare in diretta con Salvador Minuchin, a Roma presso il Centro di Terapia Relazionale diretto da Luigi Cancrini, a due *lunch session*, con una famiglia con paziente anoressica.

Di quelle sedute porto il ricordo forte e piacevole di una delle esperienze più significative della mia vita professionale.

La piacevolezza di quella esperienza era data dall'occasione di potere "bere alla fonte", di potere toccare con mano quanto ci arrivava alle orecchie da Oltreoceano. La forza di quel rito stava, attraverso il contatto diretto con il potere delle anoressiche sul terreno a loro più congeniale, nelle scoperte, di testa e di pancia, di aspetti che avrebbero guidato il mio modo di fare terapia negli anni.

Penso alla necessità di una modalità terapeutica che fosse capace di leggere nelle trame i ruoli e le funzioni di tutti i membri della famiglia, utilizzando la visione unitaria e la considerazione degli insiemi, che fosse capace di andare dentro ed oltre i livelli simbolici, che attraversasse l'esperienza del setting, servendosi decisamente del Sé del terapeuta.

Anche in quell'occasione i terapeuti dovettero arrendersi, per esigenze di copione, alla "legge dei due tramezzini": ma, posso dire, che furono tra i tramezzini più intensi nella mia esperienza di terapeuta.

Quando Luca mi ha parlato del suo lavoro con la *lunch session* sono rimasto sorpreso, quasi spiazzato: l'eco dei ricordi mi ha ripreso per mano, riaprendo scaffali un po' impolverati.

In realtà, non sono rimasto sorpreso da questa riproposizione fatta dall'amico, dall'allievo, dal terapeuta, dal didatta.

Quella di Luca costituisce una riproposizione e, al tempo stesso, una novità.

Il libro ha il merito di partire, come spesso accade nei lavori e nel lavoro dell'autore, da un'attenzione rispettosa della storia: ho sempre inteso questo sforzo, apprezzandolo, come un doveroso riconoscimento al lavoro dei pionieri, alle radici transgenerazionali del nostro lavoro. In questo senso, abbiamo sentito il bisogno di fare riferimento al grande Maestro, cui abbiamo inviato un piccolo saggio del lavoro svolto. A tal proposito, mi sembra doveroso, per lui ma anche per l'autore, richiamare il giudizio di Salvador: "*Mi piace molto il modo in cui vi immaginate il modello a tre stadi come strumento da utilizzare nelle terapie, anche al di là dei disturbi alimentari. È un'idea*

che non mi venne in mente a suo tempo, ma vedo che può essere un contributo interessante al campo”.

Proprio quest’ultimo riferimento, ennesima testimonianza della grandezza e della forza dell’umiltà di Minuchin, sottolinea l’altra caratteristica, che è un merito, del libro e del suo autore: la forza, il coraggio, l’impegno a misurarsi con il nuovo, a scrivere pagine nuove nell’alveo di una tradizione antica, richiamando e rispettando le proprie origini e, al tempo stesso, osando verso il nuovo.

Lo sforzo di Luca, per me, non rappresenta una novità, conoscendolo: condividiamo, di tanto in tanto, il piacere della tavola, dove, tra gazpachos, baccalà, brodo, calçots, cannonau, nocino, gustiamo il piacere del racconto, dei mie viaggi, delle sue origini.

Il suo sforzo non rappresenta una novità conoscendo il suo stile terapeutico, nel quale l’azione sa farsi, oltre qualche passaggio un po’ predicatorio, corpo calloso tra emisfero sinistro ed emisfero destro.

Sono passati quasi quarant’anni dalle prime *lunch session*.

Pagine come queste ci dicono che non sono passati invano.

Ci dicono come sia importante creare costantemente un ponte tra le intuizioni, a volte geniali, dei padri e la curiosità, la voglia di fare, a volte anch’essa geniale, dei figli.

Ci dicono come le forme della cucina, nel loro doveroso evolvere, non possano prescindere da farina, acqua, olio, sale, realizzando pietanze servite sempre in quella stanza con quello specchio, al centro della quale sedevano, siedono e siederanno tante e diverse Giusy.

Prefazione trifasica

di Gianmarco Manfrida*

A scanso di dubbi, sono io che ho copiato dall'indice di questo libro il modello espositivo di Luca Vallario, sedotto da questo nuovo modo di presentare, originale nella forma quanto coerente con la sostanza in discussione... che è tanta davvero!

Antipasto

Contenuti. Dopo circa 30 anni vedo ricomparire una vecchia conoscenza, il pasto in seduta di Salvador Minuchin, esteso dalle anoressiche restrittive agli odierni variegati, sfumati, diffusissimi disturbi del comportamento alimentare. Ricordo quando io stesso lo utilizzavo con alcune anoressiche comprando in pasticceria enormi cornetti ripieni di panna per poi tirarli fuori in seduta in un centro di terapia familiare pubblico: le regole di cucina, i tempi e i dosaggi degli ingredienti terapeutici erano molto più rigidi, allora, e lo scopo era, incaricando i genitori a turno di convincere l'anoressica a nutrirsi, di unirli nel sicuro fallimento, interrompendo un gioco di alleanze e triangolazioni instabili, nel quale la paziente prendeva un devastante e pericoloso potere. Interveniva poi il terapeuta, che cambiava abilmente argomento da quello del cibo, con il risultato che molto spesso l'anoressica iniziava a sbocconcellare qualcosa, se non altro per umiliare ulteriormente i genitori... Veniva applicato un rigoroso modello strutturale, nel quale ancora si riconoscevano tracce di un approccio strategico fondato sul concetto di potere, ispirato da Jay Haley.

* Direttore **Centro di Studi e Applicazione della Psicologia Relazionale** di Prato.
Presidente **Società Italiana di Psicologia e Psicoterapia Relazionale.**

Oggi la mia vecchia conoscenza si presenta...miracolosamente ringiovanita, tanto da non poter essere effetto di interventi estetici capaci di cancellare qualche ruga senza però restituire la freschezza originaria. Forse non è lei, ma sua figlia, somigliante ma diversa!

Analisi. Sin dalle prime battute si capisce quanta attenzione Vallario abbia dato al contesto, da buon terapeuta relazionale, e quanta pure alla storia, da appassionato di narrazione terapeutica. Una breve e leggibile sintesi della storia della psicoterapia, una altrettanto breve storia del concetto di *setting terapeutico*... ecco gli attrezzi della cucina, fuochi, piastra, forno; più libera è la scelta delle pentole, delle casseruole, secondo le preferenze del cuoco terapeuta.

Primo

Contenuto. Il pasto in seduta rappresenta una situazione-stimolo che può fornire importanti indicazioni sui miti familiari e sui vissuti individuali, arricchita di un potenziale emotivo che carica le relazioni, anche con il terapeuta, di una significatività particolare. In questo contesto le sue osservazioni assumono una particolare incisività: far notare la delega alla madre del compito di procurare il pasto, ad esempio, rappresenta un modo di dare significati nuovi ad atteggiamenti scontati, di incidere sulla realtà dominante banale dei pazienti e delle loro famiglie.

Analisi. Mentre tanti libri di cucina, pardon di psicoterapia, propongono ricette rigide, promettono al giovane che le seguirà fedelmente tappa per tappa e particolare per particolare di diventare un grande *chef*, lo rassicurano che esiste una maniera giusta, efficace e facilmente replicabile di fare le cose, Vallario è un sostenitore del “fai da te”.

Come Pellegrino Artusi, del resto, che raccomandava alle cuoche di seguire il proprio istinto e di non rimettersi alle indicazioni altrui: “Diffidate dei libri che trattano di quest’arte; sono la maggior parte fallaci o incomprensibili, specialmente quelli italiani; meno peggio i francesi; al più tanto dagli uni che dagli altri, potrete attingere qualche nozione utile quando l’arte la conoscete”. Non si tratta di essere

generici, tutt'altro: ci sono chiari principi e specifiche indicazioni su modalità e tempi di cottura sia in Artusi che in Vallario, ma anche ampi spazi lasciati per personalizzare le ricette secondo la disponibilità della propria dispensa personale.

Secondo

Contenuto. Una seduta corredata di pasto familiare richiede al terapeuta molto impegno spaziale e organizzativo e molta disponibilità personale; sono necessari orari serali prolungati, disponibilità di posate, piatti, bicchieri, anche se di carta, nonché necessità di riordinare lo studio togliendo le briciole e sparecchiando i residui...In cambio si può essere compensati da interessanti ed emozionanti scoperte non solo cliniche ma anche gastronomiche.

Analisi. La conversazione durante il pasto in seduta non è affatto banale, gli interventi del terapeuta provvedono a mantenere le caratteristiche del setting terapeutico, rilanciando quanto ascoltato e osservato, risalendo ad avvenimenti della storia personale e familiare, mettendo a frutto gli stimoli evocati dal pasto in comune. Lo scopo è quello di non parlare solo di alimentazione del/della paziente, di cambiare argomento portando in discussione altri problemi individuali e familiari: è la strategia che meglio funziona con le anoressiche, lo sosteneva anche Mara Selvini Palazzoli, ma oggi viene raramente utilizzata, mentre centri, strutture ed équipe concentrate sul problema del peso favoriscono spesso la medicalizzazione, e quindi la cronicizzazione, se non un peggioramento, del sintomo.

Evoluzione. La cucina di Vallario a me è piaciuta molto, e nel raffinato menù che ci serve in questo libro sono tante le ricette non banali, tanti gli spunti specifici della storia del paziente, della famiglia e del terapeuta che possiamo riconoscere. Ma quel che conquista soprattutto è la libertà lasciata anche ai lettori di muoversi con linee di autonomia e di specificità, pur entro direttrici rigorose e con l'aiuto di esperienze vissute. Sono sicuro, quindi, che questo libro sarà apprezzato dai veri intenditori e che le sue ricette saranno messe alla prova dai cuochi più creativi e coraggiosi, convinti, seguendo Pelle-

grino Artusi, che “il miglior maestro è la pratica sotto un esercente capace”...come chiaramente è Luca Vallario!

Bibliografia

- Artusi P. (1891), *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*, Giunti, Firenze, 2012.
- Haley J. (1963), *Le strategie della psicoterapia*, Sansoni, Firenze, 1984.
- Minuchin S., Rosman B.L., Baker L. (1978), *Famiglie psicosomatiche. L'anorexia mentale nel contesto familiare*, Astrolabio, Roma, 1980.
- Selvini Palazzoli M. (1998), *Ragazze anoressiche e bulimiche. La terapia familiare*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

Introduzione

di Maurizio Martorelli*

Nella sala d'attesa dello studio del dottor Vallario a Latina v'è, tra gli altri, una cornice con la riproduzione del quadro della famosa scena della cena a Villa Salina del film di Luchino Visconti "Il Gattopardo", tratto dal romanzo di Tomasi di Lampedusa. Il quale scrive: "Il principe scodellava lui stesso la minestra, fatica grata simbolo delle mansioni autrici del *Pater familias*".

A differenza del principe del romanzo, il dottor Vallario non propone egli stesso il cibo ai commensali, ma è lui che organizza la cena, la dirige, la commenta, "fatica grata simbolo delle mansioni autrici" non di un *pater familias*, ma di chi è in soccorso di una famiglia che si è bloccata, che non riesce più a soddisfare le esigenze dei suoi membri.

Come nella finzione cinematografica, anche nella vita reale il cibo è una parte fondamentale della vita di una famiglia.

Innanzitutto perché spesso la consumazione dei pasti è l'unico momento della giornata in cui genitori e figli si riuniscono, e dunque favorisce il dialogo e il confronto reciproco. Inoltre perché l'alimentazione influenza fortemente l'immagine di sé di ognuno.

Infine perché essa simboleggia la disponibilità a prendersi cura degli altri, attraverso l'offerta di una funzione vitale.

È questo il principio ispiratore della *lunch session*: stimolare il dialogo e il confronto, se necessario esplicitare il dissenso, in un contesto protetto, ovvero con l'aiuto di un facilitatore della comunica-

* Primario psicologo, Dipartimento di Salute Mentale Usl Latina, **Centro Psyche onlus**, Latina.