

Luigi Baldascini  
Maria Serena Mastrangelo

# La creatività nella teoria e nella terapia di coppia

Un modello sistemico-relazionale

PSICOTERAPIE

FrancoAngeli



## Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con **Adobe Acrobat Reader**



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](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

Luigi Baldascini  
Maria Serena Mastrangelo

# **La creatività nella teoria e nella terapia di coppia**

Un modello sistemico-relazionale

**FrancoAngeli**

PSICOTERAPIE

Progetto grafico di copertina di Elena Pellegrini

Copyright © 2022 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](http://www.francoangeli.it)*

*Agli uomini che decidono di cooperare  
invece di competere!*



## *Indice*

Premessa	pag.	9
Introduzione	»	15

### **Parte prima – La teoria**

1. La coppia e la famiglia nel pensiero sistemico e nella teoria della complessità	»	25
2. L'individuo, il modello di articolazione intersistemica e gli stili di personalità	»	37
3. Amati e amanti nella relazione di coppia	»	48
4. L'esercizio alla genitorialità e i modelli relazionali interiorizzati dalla coppia	»	59
5. Intimità e complicità della coppia e i nemici della sua evoluzione	»	72
6. Il campo sistemico nella psicoterapia di coppia	»	85
7. La creatività nella terapia di coppia	»	97

### **Parte seconda – La clinica**

8. I trapezisti	»	113
9. Il ring della rabbia	»	121



10. L'ansia e la sessualità nella coppia	pag. 130
11. Coppie divise che non si lasciano MAI	» 146
12. La stanza della coppia	» 163
13. La seconda coppia: ricomporre e ricostruire	» 173
14. La coppia arcobaleno	» 182
15. Le configurazioni spaziali secondo il Modello di Articolazione Intersistemica	» 191
16. Conclusioni	» 209
 Bibliografia	 » 213

## *Premessa*

La modalità di *fare coppia* ha suscitato negli ultimi anni profonde trasformazioni relazionali, così come profondi sono stati i cambiamenti del senso della vita! Nelle società pre-industriali, la coppia generalmente convolava a nozze spinta dalla necessità di alleanza tra le famiglie d'origine.

Non era importante l'attrazione fra i due partner e le cerimonie nuziali seguivano uno schema che scaturiva dalla cultura patrilineare. Era il padre che accompagnava la figlia all'altare e la affidava allo sposo per la cerimonia nuziale. Le famiglie di origine, per lungo tempo, erano impegnate a mantenere complesse alleanze per far funzionare il matrimonio nel migliore dei modi. La coppia era assistita e tutelata e le famiglie intervenivano in caso di crisi e nella gestione dei figli con l'obbligo della famiglia paterna di tutelare la discendenza. In caso di morte del marito, la famiglia d'origine paterna continuava a provvedere alla moglie e ai suoi figli.

Nel tempo il matrimonio ha subito cambiamenti culturali matrilineari. Questi cambiamenti hanno dato maggiore sostegno e sicurezza agli individui piuttosto che ai loro legami.

Con la cultura matrilineare la relazione matrimoniale è risultata meno tutelata. In caso di divorzio, generalmente, i bambini sono affidati alla madre anche se oggi il padre lotta per avere l'affidamento congiunto. Anche la tendenza di qualche anno fa di ritornare dalla famiglia d'origine sembra aver subito notevoli cambiamenti: l'inclinazione odierna infatti è di vivere autonomamente (Harris, 1975).

Oggi i due sistemi culturali, *patrilineare e matrilineare*, sono operanti entrambi e nelle terapie della coppia e della famiglia assistiamo

spesso a situazioni disfunzionali derivanti dai conflitti che si generano soprattutto per i valori delle due tradizioni culturali.

Comunque sia nella società contemporanea c'è un sostegno minimo al matrimonio da parte delle famiglie d'origine. *La società della tecnica* infatti dà poco valore all'amore che diventa *fatto* quasi esclusivamente privato tra i due partner. Nella vita familiare è l'aspetto economico ad essere determinante, e non è un caso che le società odierne collochino il lavoro di entrambi i partner al primo posto nella gerarchia dei valori.

Per cercare di comprendere questi cambiamenti è necessario avere come riferimento un'ottica sistemica che tiene conto del contesto, delle reti interpersonali e della loro capacità di cooperazione.

L'ottica sistemica allarga lo sguardo oltre l'individuo, alla rete dei suoi rapporti e al contesto in cui è implicato, tuttavia le società contemporanee operano con criteri opposti. Infatti, tutte le società odierne, per la riduttiva interpretazione del processo di globalizzazione e del cosiddetto libero mercato, hanno spostato l'asse cooperazione/competizione sul versante competitivo con gravissime ricadute involutive della vita sul pianeta. E non sembra neppure molto facile riportare un giusto equilibrio perché l'armonia, la giustizia e il potere sono soprattutto una prerogativa della *classe politica che non è preparata al pensiero sistemico*. Lo spostamento verso la competizione non segue i processi della natura che ha potuto evolvere grazie alla capacità di cooperazione tra tutti gli "enti" che ne fanno parte.

I terapeuti, proprio perché si occupano di problematiche disfunzionali e di relazioni conflittuali, osservano quotidianamente questo disequilibrio nei rapporti umani. Infatti, grazie ai valori emergenti delle società contemporanee, si è diffusa l'insana idea che per eccellere è indispensabile competere. I bambini ricevono continui esempi che solo chi emerge sugli altri acquista valore.

Richiedono una terapia sia persone che tendono a sovrastimarsi che persone che si sottostimano. In entrambi i casi sono sempre presenti disarmonie e, spesso, anche sofferenze gravi.

Nella *società della tecnica*, oltretutto, come dicevamo poc'anzi, la relazione di coppia ha subito un eccessivo processo di privatizzazione e il legame di coppia viene visto come bene a sé stante. Questo legame, infatti, risulta sempre più sensibile ai fattori relazionali intrinseci alla coppia, anche se essi dipendono soprattutto dalle suggestioni dei potenti

mezzi di comunicazione di massa, dalle mode e dai valori emergenti della società odierna.

La letteratura internazionale tende ancora a distinguere le coppie in tradizionali (patrilineari) e contemporanee (matrilineari). Tra le coppie contemporanee dobbiamo prendere in considerazione anche quelle ricostituite e le cosiddette coppie arcobaleno. La ricerca, rispetto alle modalità di *fare coppia*, mostra una molteplicità di criteri distintivi riferiti al tipo di amore, al potere nella relazione, al senso di giustizia, al futuro del rapporto di coppia, alla generatività, al progetto familiare, alla capacità di realizzare un *Noi* senza perdere l'identità personale dei due partner, ecc.

L'applicazione del pensiero sistemico-relazionale al comportamento umano ha consentito un livello di maggiore comprensione delle dinamiche intrapsichiche e interpersonali. Infatti nei rapporti di coppia lo scambio implica il modellamento dei tre elementi fondamentali del sistema: i due partner della coppia e *la loro relazione*. Nel tempo si strutturano regole che seguono ripetutamente specifiche sequenze interattive con inevitabili cambiamenti dei vissuti e dei comportamenti che finiscono per modificare il Sé di ciascun partner.

La teoria sistemica si è sempre occupata dello studio della forma, ossia della comprensione degli schemi che regolano il mondo dei viventi. “Le proprietà sistemiche sono proprietà dello schema. Ciò che viene distrutto quando si seziona un organismo è il suo schema. I componenti ci sono ancora, ma la configurazione delle relazioni fra di essi – lo schema – va distrutta, e quindi l'organismo muore” (Capra, 1996).

In sintesi lo schema della vita è caratterizzato dalla capacità di auto-organizzazione che consente la comparsa di nuove forme di comportamento in sistemi aperti lontani dall'equilibrio (von Foerster, 1980; Prigogine, 1996).

Tutti gli assiomi derivati dalla teoria sistemica rappresentano i punti di riferimento essenziali per comprendere come si è evoluta la vita in generale attraverso le reti di relazioni. Questo è il motivo fondamentale dell'importanza di riferire il modello sistemico sempre ai processi evolutivi e/o involutivi degli oggetti in interazione. Gli psicoterapeuti sistemici, fundamentalmente impegnati nei processi psicopatologici, sono concentrati soprattutto sul tentativo di porre correttivi attraverso la relazione terapeutica. Questo rappresenta ancora un retaggio del passato legato alla visione medica della malattia che non tiene conto realmen-

te del contesto e della complessità interazionale in cui si sviluppano i disagi e i sintomi degli esseri umani. Grazie al paradigma sistemico è possibile comprendere i blocchi del processo evolutivo che spesso si traducono in comportamenti e vissuti sintomatici.

La psicoterapia di coppia in particolare ha consentito di comprendere su cosa si fondano la comunicazione disfunzionale e i ruoli che ciascun partner è costretto a giocare grazie al fenomeno del transfert. In sintesi la maggior parte delle interazioni umane si organizzano sugli schemi relazionali appresi soprattutto nella famiglia di origine e trasferiti nella relazione di coppia.

L'accordo e il disaccordo fra i partner rappresenta la parte interattiva in cui la coppia si gioca una quota importante del potere nella relazione tra pari. Gran parte delle problematiche interattive dipendono dalla capacità di stima di sé di ciascun partner che viene sempre minacciata quando la coppia è in disaccordo. Qualora il conflitto superi una certa soglia la minaccia può risultare insopportabile e l'interazione assumere aspetti troppo competitivi oppure evitanti.

Il tipo di reazione, come vedremo in seguito, dipenderà dal grado di differenziazione e di crescita emotiva raggiunti da ciascun partner. Naturalmente, dalla quota di autostima dipenderà anche la possibilità di formare una coppia evolutiva. Spesso si scambia la reattività interpersonale per differenziazione anche se sappiamo che la capacità di comprendere l'altro non richiede per nulla reattività e competizione. È la paura di perdere l'identità a spingere verso la competizione ed agire il disaccordo con animosità. In simili casi a volte il terrore di perdere il senso di sé anima in modo eccessivo il dialogo e la coppia spesso inizia una escalation simmetrica che finisce per interrompere la comunicazione. È ovvio che più è alto il livello di differenziazione dei due partner maggiore è la capacità di mantenere un dialogo costruttivo nei momenti di disaccordo. In genere i partner delle coppie che vanno in terapia non sentono di essere pari, avvertono una disegualianza che spesso genera schemi interattivi del tipo vittima/carnefice o leader contro leader. Altre volte la coppia in crisi persegue modelli interattivi infantili. Si tratta spesso di coppie complementari la cui relazione somiglia a quella fra genitori e figli. Molto probabilmente entrambi i ruoli sono legati al ridotto grado di differenziazione emotiva: spesso infatti si mostrano adulti sui piani cognitivi, ma nel fondo restano infantili su quelli emotivi. Il vero incontro della coppia deve avvenire a livello emozionale e

se la crescita emotiva di uno o di entrambi i partner non è adeguata il rapporto non può che essere precario con possibilità di crisi alle prime difficoltà. In una certa misura ostacolano la crescita emotiva anche i programmi scolastici che danno importanza solo agli aspetti cognitivi trascurando del tutto l'educazione dei sentimenti. In terapia questo divario è quasi sempre presente con coniugi incapaci di gestire i sentimenti che la relazione di coppia sollecita.

I sentimenti sono *ponti relazionali* (Baldascini, 1993) che, come asserisce Antonio Damasio (2021), rappresentano esperienze mentali che derivano sia dai sensi come la fame, la sete, il dolore e il piacere che dalle emozioni. Questo autore chiama i primi *sentimenti omeostatici* (noi li chiamiamo *sentimenti istintuali*), necessari alla sopravvivenza, e i secondi, che derivano dalle emozioni, *sentimenti emozionali*, indispensabili per la vita di relazione. Gli psicoterapeuti sono continuamente alle prese con i *sentimenti emozionali* che legano le persone fra loro e formano sia la rete dei rapporti interpersonali con il mondo (persone e cose) che la rete degli elementi relazionali che compongono il Sé interiore.

Quando specifici sentimenti emozionali vengono scissi dal Sé significa che le emozioni presenti nelle esperienze traumatiche soprattutto *infantili* non sono state tollerate. In questo modo il trauma nel tempo può sviluppare sintomi legati all'ansia che copre quella particolare emozione. L'evento traumatico blocca, sospende e scinde dal Sé la particolare emozione che resta invisita e disarticolata dato il momento della vita in cui è stato prodotto il trauma. L'emozione sollecitata dalle ferite traumatiche può incarnarsi in zone specifiche del corpo, ma può anche essere rimossa e *vagare nel mondo interiore come elemento scisso dal Sé* finché esperienze relazionali simili non riportano in superficie gli stessi vissuti che rinnovano la sofferenza con le conseguenti angosce. Questo accade perché l'anima umana non segue un percorso lineare, viaggia in un tempo circolare in cui ogni cosa tende a ripetersi. La ripetizione dipende dalla presenza di percorsi pieni di "buche" in cui è possibile cadere o di altri ostacoli in cui facilmente è possibile inciampare. Fa parte dell'esperienza umana trasferire su persone attuali i sospesi del passato. Ma, nella coppia in difficoltà, ancora più tipica è la pretesa inconscia che sia il partner a risolvere i bisogni non soddisfatti dalle figure significative inadempienti. Ricapitolando riteniamo che i sintomi rappresentino, nella maggior parte dei casi, *derivati emotivi* generati da esperienze traumatiche vissute in momenti in cui non era possibile sopportarne il

peso. La terapia sistemico-relazionale li considera come indicatori del processo che devono restare nel *campo terapeutico* finché non risultano chiare le emozioni che coprono. La terapia di coppia rappresenta per gli autori di questo volume il contesto elettivo per riattivare la crescita di ciascun partner.

## *Introduzione*

Il libro tratta della psicoterapia di coppia dal punto di vista sistemico. Abbiamo deciso di affrontare questo complesso setting cercando di evitare un riduzionismo che nella migliore delle ipotesi avrebbe dato seguito ad un semplice schema terapeutico. Discuteremo pertanto della complessità della psicoterapia di coppia cercando di coniugare la linearità del processo terapeutico con la circolarità della relazione terapeutica. La speranza è di stimolare il lettore (soprattutto il terapeuta) ad allenarsi ad una *mentalità complessa* che consenta di osservare la crisi sia nella specifica relazione di coppia che nei rapporti con i suoi mondi interpersonali di appartenenza (le famiglie d'origine, i pari e gli adulti significativi).

Tutti gli argomenti sono considerati sul piano teorico e clinico. Alcuni temi sono stati toccati più volte con l'obiettivo di presentarli *da angolazioni e prospettive differenti*, per consentire di cogliere le varie sfaccettature della crisi di coppia e le diverse modalità di intervenire in modo sistemico.

La prima parte, più teorica, contiene scritti relativi alla ricerca condotta da Luigi Baldascini sull'approccio sistemico-relazionale ad orientamento psicodinamico. La seconda parte riguarda casi clinici: essi sono introdotti da particolari aspetti teorici e tecnici usati nella pratica terapeutica descritta. I dati personali dei protagonisti delle storie cliniche, nel rispetto della privacy, sono stati resi irriconoscibili.

Per la molteplicità e complessità degli argomenti riteniamo siano utili alcune riflessioni sui principi e i criteri che hanno guidato la stesura del testo. La costruzione del processo terapeutico nel setting



di coppia dipende fundamentalmente dal grado di differenziazione raggiunto dai partner, dalla personalità del terapeuta e dalle sue teorie di riferimento. Com'è noto nessuna teoria può descrivere la realtà così com'è ed è per questo che il terapeuta di qualsiasi approccio non deve mai confondere ciò che osserva con la teoria che ha appreso. Il rischio è di acquisire una conoscenza fattuale modellata dalla teoria che ha in mente a cui cercherà di adeguarsi anche il proprio interlocutore.

Le teorie dovrebbero essere integrate continuamente ed essere intese come fonti di arricchimento della mente per estendere i suoi confini.

La teoria di riferimento di questo testo è quella sistemica che, attraverso l'integrazione con altre forme di conoscenza, cerca di allargare le percezioni della realtà di cui si occupa.

Il libro è stato scritto a quattro mani con la dottoressa Maria Serena Mastrangelo che è una professionista di alto livello ed esperienza con cui collaboriamo da più di trenta anni, e didatta dell'Istituto di Psicoterapia Relazionale di Napoli da me diretto.

Nei vari capitoli mostreremo le integrazioni della teoria sistemica con alcuni concetti derivati dalle ricerche della fisica quantistica, della filosofia, dell'arte, della letteratura e da altri approcci psicoterapeutici. Questi contributi sono risultati utili alla psicoterapia della coppia secondo l'approccio sistemico-relazionale. A tal proposito riporteremo gli aspetti salienti del nostro modello di psicoterapia noto come *Modello di Articolazione Intersistemica (MAI)*<sup>1</sup>.

Descriveremo diversi casi clinici inerenti le problematiche delle coppie contemporanee. Affronteremo alcune tematiche del setting di coppia attraverso i parametri del nostro modello, consapevoli che la terapia di coppia rappresenta uno dei contesti terapeutici più complessi ed emozionanti, sia per chi è ancora nella fase di apprendimento che per i terapeuti già formati. Non discuteremo, dunque, solo della coppia come relazione tra partner più o meno in armonia o in difficoltà. L'esperienza clinica infatti ci insegna che i due membri della coppia sono immersi in gruppaltà interiori ed esterne che noi chiamiamo sistemi relazionali. Le gruppaltà interne sono il portato sia delle storie

1. Il modello, elaborato da Baldascini negli anni novanta, nel tempo è stato sperimentato sia in terapia che nella didattica della Scuola di specializzazione in psicoterapia sistemico-relazionale.

precedenti alla nascita dell'individuo (inconscio collettivo) che della storia iniziata proprio con la nascita e sviluppatasi attraverso i rapporti significativi con persone parentali e non. Questo aspetto motiva la necessità di dedicare un'attenzione terapeutica anche ai legami intersoggettivi che possono connotare sia rapporti di *dipendenza* che di *appartenenza* della coppia e/o di ciascuno dei due partner. “Un legame di appartenenza è tale se apparenta ma non possiede, riconosce comunanze ma non confonde. Esso si iscrive nella dialettica centrale del processo vitale – ma ancor più centrale nella fase adolescenziale – tra il bisogno di legami e la necessità di liberarsene, tra la rassicurante certezza di essere parte di una storia conosciuta e consensuale e la trepidante incertezza di dover progettare un tempo vuoto e un destino inedito” (Baldascini, 1994). Approfondiremo le due tipologie di legami per orientarci sulle possibili discriminanti sane e patologiche e vedremo che *appartenenza e dipendenza* possono generare rapporti sani oppure disfunzionali in base al momento del ciclo vitale individuale e alla situazione contestuale in cui essi si strutturano. Nel 2003 dedicavamo alla relazione terapeutica un testo per affrontare il complesso tema della *terapia individuale sistemica*. Quel volume, dal titolo *Legami terapeutici*, resta una pietra miliare, anche perché impreziosito dalla bellissima prefazione del prof. Vittorio Cigoli che evidenziò con grande perizia gli elementi essenziali del modello di articolazione intersistemico. L'approccio sistemico iniziò la sua avventura come terapia familiare e di coppia; agli inizi la psicoterapia individuale sistemica faceva comunque da sfondo rispetto alle nuove scoperte sulla teoria della comunicazione umana (Watzlawick, 1967).

*Legami terapeutici*<sup>2</sup>, rappresentava un tentativo di integrare i piani intersoggettivi con quelli soggettivi, il mondo interpersonale con quello intrapersonale, usando lo stesso vertice di osservazione sia rispetto alle relazioni del mondo interiore che a quelle del mondo interpersonale.

Applicare il nostro modello sistemico ad orientamento psicodinamico alla psicoterapia di coppia significa dare importanza alla storia dei partner, alla costruzione delle loro personalità e ai *sospesi relazionali* che nel tempo si sono sviluppati nel rapporto quotidiano. La maturità affettiva di ciascun partner è fondamentale per l'evoluzione della coppia

2. Il testo, pubblicato nel 2003 da FrancoAngeli, non è più in commercio.

sana (funzionale) ed essa dipende dal grado di differenziazione che la famiglia ha potuto consentire soprattutto nei primi anni di vita dei propri figli.

Come dicevamo poc'anzi il nostro modello tiene conto non solo delle relazioni fra i due partner, ma anche delle relazioni che la coppia ha con le rispettive famiglie di origine, con gli amici e con gli altri sistemi sociali. A volte è utile far entrare questi mondi relazionali nel campo terapeutico; essi possono rappresentare una vera risorsa del processo clinico. I terapeuti sistemici chiamano questo modello *inter-generazionale* quando durante la terapia di coppia vengono convocati i genitori dei due partner e i figli nel tentativo di far rivivere alcune difficoltà relazionali rimaste ancora insolute (Framo, 1992; Andolfi *et al.*, 2001). Il forte impatto emotivo generalmente è fondamentale per sbloccare situazioni che altrimenti resterebbero congelate nel mondo interiore di ciascuno.

Naturalmente i rapporti con i genitori risentono dello stato sociale, della cultura e del contesto in cui la famiglia ha vissuto. Qui si pone un grande problema per il terapeuta che, senza assecondare, deve essere in grado di comprendere la complessità in cui la famiglia è vissuta per evitare intolleranze e deleterie prese di posizione. Il terapeuta non può che accogliere ed accettare i fatti e le circostanze di vita dei convenuti per cercare di trasformare quei sospesi disfunzionali che continuano a riattualizzarsi soprattutto nella relazione di coppia<sup>3</sup>. Questo risulterà possibile se nel qui ed ora della seduta il terapeuta è in grado di sostenere i pazienti quando riaffiorano i traumi (soprattutto infantili) e le emozioni dolorose che li accompagnano.

Il terapeuta deve maturare una vera predisposizione ad aiutare tutti i convenuti ad assumere le loro responsabilità rispetto agli episodi che avevano generato il trauma. In tantissimi casi, abbiamo potuto constatare che padri, madri e figli, grazie al lavoro trigenerazionale, accettano il dolore e, nel tempo, superano quanto era stato seppellito nel proprio mondo interiore, dando ad esso un senso nuovo.

Ma il *setting* della terapia di coppia può subire, per qualche seduta, anche altre variazioni. Può accadere, per esempio, che uno dei

3. Nel caso in cui non sia possibile avere i genitori in seduta, il terapeuta li "presenzifica" con specifiche e consolidate tecniche relazionali mutate soprattutto dall'approccio gestaltico e rielaborate dall'ottica sistemica.

coniugi non riesca ad affrontare aspetti troppo personali in presenza del partner. La variazione del setting implica la scelta di trattare un problema specifico in una o due sedute individuali: a patto che il terapeuta abbia una teoria della crescita dell'individuo che gli consenta di accogliere i suoi segreti per aiutarlo a parlarne in seguito con il partner.

Ma, forse, la variazione più importante di questo setting è la convocazione dei figli. Allestire, durante la terapia di coppia, qualche seduta con tutta la famiglia oppure con il solo sottosistema dei figli può sbloccare anche situazioni molto gravose, soprattutto se essi sono manipolati e triangolati, anche involontariamente, dai genitori. La coppia che ha generato, infatti, può manifestare una crisi proprio perché l'educazione dei figli è un elemento centrale dei propri compiti evolutivi che a volte può provocare momenti di scontro anche molto violenti.

A conclusione, pochi cenni sulla struttura del testo: è stato diviso in due parti; nella prima approfondiremo aspetti della teoria che guida la prassi terapeutica con l'ausilio di vignette cliniche per esplicitare le premesse teoriche. Nella seconda parte descriveremo alcuni casi clinici emblematici e approfondiremo le tecniche usate per condurre il processo e la relazione terapeutica.

*Il primo capitolo* è dedicato alla *cornice teorica* che incastona la coppia alla luce del pensiero sistemico e della teoria della complessità a partire dagli anni cinquanta fino ai nostri giorni.

*Nel secondo* invece parleremo in maniera sintetica del *Modello di Articolazione Intersistemica* (MAI) che delinea la crescita sana dell'individuo attraverso una specifica griglia di lettura che orienta l'osservazione, la scelta del setting (individuale, di coppia, familiare e gruppale) e la costruzione del processo terapeutico. Verranno offerti alcuni spunti di riflessione sugli *stili di personalità*<sup>4</sup> in riferimento alla psicoterapia di coppia.

*Nel terzo*, attraverso riferimenti alla mitologia e alla filosofia, affronteremo la differenza tra *amato e amante* e la complementarità tra l'amore *creativo* e quello *passionale*.

4. Gli stili di personalità sono tre: motorio-istintuale, emotivo e cognitivo. Ciascuno di essi ha un proprio modo di pensare, sentire ed agire riconoscibile nel comportamento, nel modo di pensare e di sentire. L'utilità di questa divisione dal punto di vista clinico riguarda le modalità attraverso cui ciascun stile di personalità cerca di stabilire la relazione terapeutica. Questi tre stili saranno approfonditi nel capitolo 2.

*Il quarto capitolo* è dedicato alla relazione della coppia con la prole: vedremo che l'esercizio alla *genitorialità* rappresenta per la coppia il compito da compiere più complesso. Quando per esempio un figlio riceve gravi torti o addirittura abusi (fisici e psichici) dai genitori, se non elabora quanto gli è accaduto risulterà complicato divenire padrone di se stesso, e da adulto difficilmente sarà in grado di formare un rapporto di coppia equilibrato.

*Nel quinto* affronteremo il tema dell'*intimità*, della *complicità e dei nemici della sua evoluzione*. Il primo connesso al mito dell'esclusività, il secondo alla protezione del legame. Esamineremo inoltre quali "nemici insospettabili" possono interferire pesantemente nella costruzione del Noi di coppia (famiglie d'origine, amici, mondo lavorativo, figli).

*Nel sesto* discuteremo soprattutto sul *campo sistemico* che coniuga il mondo della psicoterapia con le nuove scienze e la creatività legata all'arte. In terapia il campo assume una funzione trasformazionale che può consentire al paziente di giocare creativamente con i suoi personaggi cambiando la relazione che ha con loro per superare soprattutto i traumi sia recenti che infantili.

*Nel settimo* esamineremo gli aspetti creativi del terapeuta e la sua capacità di trasformare i rapporti in crisi in chiave evolutiva.

*La seconda parte* dedicata soprattutto alla clinica si compone di nove capitoli.

*Nell'ottavo*, dedicato alla coppia funzionale, prenderemo in considerazione le caratteristiche salienti della coppia sana, i cui partner, come veri trapezisti, devono acquisire nel loro rapporto capacità di *mobilità e flessibilità* emozionale e cognitiva.

*Nel nono*, una coppia in crisi ci conduce nel *processo terapeutico* al fine di cogliere i passaggi salienti dello scioglimento della tensione e del superamento della crisi.

*Nel decimo* ci addentreremo nel complesso mondo dell'ansia nella coppia odierna e ne vedremo i risvolti sulla *sessualità e sull'intimità*.

*Nell'undicesimo* esamineremo le tematiche legate alla forma di dipendenza che può bloccare e congelare i partner in una sorta di "incantesimo" infinito.

*Nei capitoli dodicesimo, tredicesimo e quattordicesimo* affronteremo le tematiche contemporanee inerenti le stanze abitate dalla coppia in crisi, delle *coppie ricostituite* nate dopo la rottura di altri legami im-

portanti e delle cosiddette *coppie arcobaleno* che mantengono aspetti di continuità e di cesura rispetto alle coppie tradizionali.

*Al sedicesimo capitolo* affidiamo le conclusioni con un invito esplicito rivolto soprattutto ai giovani terapeuti di continuare la ricerca in questa magnifica e complessa disciplina.



*Parte prima*

*La teoria*





## 1. La coppia e la famiglia nel pensiero sistemico e nella teoria della complessità

*La sopravvivenza dipende da due fenomeni o processi contrastanti, due modi di raggiungere l'adattamento.*

*Come Giano, l'evoluzione deve sempre guardare in due direzioni: all'interno, verso la regolarità dello sviluppo e la fisiologia delle creature viventi, e all'esterno, verso i capricci e le esigenze dell'ambiente.*

Gregory Bateson

La teoria eco-sistemica insegna che il più grande impegno del nostro tempo è di contribuire a far nascere *imprese sostenibili* (Capra, 1996). Una comunità può essere progettata con imprese sostenibili in modo tale che gli stili di vita comunitaria, le strutture commerciali, economiche, fisiche e tecnologiche non interferiscano con l'intrinseca capacità della natura di sostenere la vita. Uno degli aspetti più importanti del concetto di sostenibilità concerne la necessità di non lasciare in eredità ai nostri figli troppe scorie, sia materiali che mentali. Il primo passo perché ciò avvenga è impegnarsi a diventare *ecologicamente colti*, cercando di mettere in pratica le idee del paradigma sistemico nella vita di tutti i giorni. Pensare in questi termini significa dare importanza al contesto, alle relazioni ed ai processi; in altre parole significa apprendere a vedere le reti che connettono gli esseri viventi tra loro e questi con l'ambiente in cui vivono. Alcuni concetti di base del paradigma sistemico come *flessibilità, interdipendenza, ottimizzazione, complessità, diversità e cooperazione* dovrebbero fare da guida alle nostre azioni quotidiane, anche se questo, come vedremo, non è per niente facile da costruire. Prendiamo come esempio la diversità: sappiamo per esperienza che è difficile accettare chi è diverso da noi, ma è sicuramente più probabile compiere sforzi in tal senso se abbiamo una cultura sistemica che ci aiuti a comprendere che la nostra resistenza ai fattori avversi (resilienza) dipende proprio dalla capacità di integrare il "diverso" che abita il nostro mondo interiore. Una cultura eco-sistemica, inoltre, ci aiuterebbe ad avere la consapevolezza che oramai è indispensabile passare dall'ottica della massimizzazione (accumulare una quan-

tità sempre più grande della stessa cosa) a quella dell'ottimizzazione (se qualcosa è buono, infatti, non significa che una maggior quantità della stessa cosa sarà ancora meglio) che, in altri termini, orienti la nostra attenzione alla qualità piuttosto che alla quantità. Come vedremo, però, l'aspetto più interessante del nuovo paradigma è nel concetto stesso di sistema inteso come un *tutto maggiore della somma delle sue singole parti*. Questo principio riserva grandi sorprese e schiude nuove frontiere alla conoscenza dell'essere umano (Capra, 1996).

La famiglia, per esempio, per il singolo membro è un tutto così significativo da tracciare la trama nella quale la sua vita andrà tessuta. Il bambino resta a lungo parte della famiglia perché da solo non sarebbe in grado di sopravvivere. È come se la vita intrauterina si prolungasse fuori dall'utero materno: questa necessità di cure totali da parte del neonato dell'essere umano, definita neotenia dall'anatomofisiologo olandese Lodewijk Bolk, rappresenta il bisogno del piccolo dell'uomo di passare dall'utero materno a quello più grande della famiglia per continuare il processo di differenziazione e di maturazione che gli consentirà nel tempo una autonomia sempre maggiore. Se il neonato per maturare sul piano biologico prolunga la vita uterina nella famiglia, il bambino e l'adolescente per crescere e costruire una personalità specifica hanno comunque la necessità di mantenere una continuità di rapporto con il sistema familiare: il processo di maturazione individuale infatti non può assolutamente prescindere dalle relazioni familiari che fanno da matrici all'intero processo evolutivo.

La coppia genitoriale deve trasmettere valori e formare individui responsabili; deve, in altri termini, aiutare ciascun componente a crescere, alimentando sia il senso di appartenenza che il senso di autonomia. I genitori che sanno assegnare ai propri figli il posto giusto gli conferiscono un valore fondamentale per adempiere al difficile compito evolutivo. Nel testo abbiamo ripetuto, in diverse occasioni, che *attribuire a ciascun componente il proprio posto e proteggerlo da eventuali usurpazioni è una funzione dell'intero sistema*: nessuno può prendere lo spazio di un altro senza creare disfunzioni familiari<sup>1</sup>. In

1. Soffrirà chi non sta al suo posto perché è stato costretto dal sistema familiare ad occupare il posto mancante. Il disagio dello "spostato" dipenderà dalla perdita o dalla impossibilità di costruire una propria identità e tutto il lavoro clinico verterà proprio sulla necessità di costruire una identità più solida, processo che può iniziare a partire dalla consapevolezza circa lo spostamento avvenuto.

questi casi, soprattutto nella fase adolescenziale del ciclo vitale della famiglia, possono insorgere problematiche più o meno gravi. Questa fase dura diversi anni e impegna tutta la famiglia in un complesso processo di svincolo che avviene attraverso continui movimenti di unione e separazione. Unione e separazione sono occasioni indispensabili per raggiungere l'autonomia necessaria alla formazione di una famiglia propria.

La preparazione al matrimonio infatti è un processo lungo che inizia già nella fase pre-adolescenziale perché la famiglia deve affrontare uno degli eventi più difficili del proprio ciclo vitale. Il matrimonio mette in discussione l'unità di tutto il sistema e solo una famiglia *sana*, i cui membri si trovano al posto giusto, può consentire che ciò avvenga senza troppe ingerenze nelle scelte e nelle difficili decisioni che l'avvenimento comporta.

Quando abbiamo parlato di neotenia implicitamente abbiamo dato per scontato il legame di *dipendenza* del neonato dalla sua famiglia d'origine. La crescita sana tuttavia dipende dalla capacità di trasformare questo legame nei termini di *appartenenza* proprio per consentire che la differenziazione si compia: il cambiamento richiesto è molto impegnativo e necessita del sostegno di altri universi relazionali che cooperino con la famiglia stessa per portare a buon fine la complessa impresa. In altri termini, man mano che il figlio cresce, *la famiglia deve favorire l'appartenenza al sistema dei pari e a quello degli adulti significativi*. Affronteremo questo importante processo della crescita dell'individuo nel capitolo 2.

A questo punto può essere utile ritornare alla teoria e in particolare all'aspetto centrale del funzionamento dei sistemi espresso con la formula: *il tutto di un sistema è sempre maggiore della somma delle sue singole parti*. Questo *di più* infatti non si aggiunge, ma *va oltre* le singole parti e allude a una caratteristica enigmatica che, nondimeno, riveste un ruolo importantissimo nel funzionamento di tutti i sistemi. Nell'ambito dello studio della coppia e della famiglia, come vedremo, il riferimento alla teoria sistemica ha senso proprio per questa caratteristica che è sempre presente e, nel caso di relazioni disfunzionali, orienterà i singoli membri alla crescita sana o, viceversa, sofferente.

In qualità di psicoterapeuti della coppia e della famiglia sappiamo che è indispensabile guardare oltre il singolo, all'intero sistema, per

comprendere come la sua sofferenza sia legata a relazioni sovraordinate fra il tutto e le singole parti. Spesso osserviamo che nei casi di malattie, di incidenti o suicidi di uno dei membri, un altro membro della famiglia, inconsciamente, cerca di rimediare soffrendo o espiando al suo posto. Molte problematiche che le coppie e le famiglie portano in terapia sembrano proprio dovute a quei legami inestricabili che sottendono le azioni di compenso da parte dei sistemi per cercare di ripristinare l'equilibrio perduto. Il bisogno irresistibile di compensare e di ritrovare un equilibrio tra il vantaggio dell'uno e lo svantaggio dell'altro sarebbe proprio una caratteristica del funzionamento del sistema come un *tutto*: in questo modo un membro può pagare con la propria malattia la salute di un altro, con la propria colpa l'innocenza di un altro e con la propria infelicità la felicità di un altro.

## **La teoria della complessità**

L'epistemologia sistemica, come vedremo nei successivi capitoli, può essere considerata come base della teoria della complessità che ricorre all'ausilio di altre discipline sia scientifiche, come per esempio la meccanica quantistica, la scienza delle sincronie, la cosmologia, che letterarie, come la linguistica, la narratologia, la filmologia, la mitologia, ecc. per comprendere particolari fenomeni della vita.

Molte difficili domande circa la nostra esistenza e la nostra vita di relazione aspettano ancora risposte: che cos'è la vita? Cosa ha consentito la sua evoluzione? Cosa determina la sua direzione? Come funzionano le relazioni interpersonali e in particolare quelle relative alla coppia e alla famiglia? Cosa possiamo ascrivere ad esse nella salute e nella malattia?

A noi sembra che la nuova scienza possa rendere questo periodo della nostra vita molto esaltante per la possibilità di fare scoperte che possono contribuire notevolmente nelle risposte ai complessi interrogativi posti poc'anzi<sup>2</sup>. Negli anni cinquanta, con la nascita del nuovo

2. Come sappiamo alcuni interrogativi esistenziali affiorano spontaneamente in epoca adolescenziale, ma con la crescita essi, generalmente, vengono dimenticati o volutamente messi da parte; a volte diventano materia di riflessione per alcuni filosofi e per scienziati ancora "adolescenti". La maggior parte degli uomini, viceversa, pare si limiti a vivere la difficoltà di fronte alle risposte complesse con impotenza o con pregiudizi di tipo religioso.

pensiero scientifico che affronta la complessità per comprendere alcune caratteristiche dell'esistenza come conseguenza del funzionamento del *tutto*, queste domande trovano un loro spazio nella scienza e nella coscienza dell'essere umano (Capra, 1996, 2007). Con la cibernetica, per esempio, nasce il concetto di vita come auto-organizzazione e Heinz von Foerster (1980) elabora un primo modello qualitativo dei sistemi viventi. Egli usa il termine *ridondanza* per misurare l'aumento di ordine che l'organizzazione necessariamente comporta. Bisogna aspettare gli anni settanta e ottanta perché le idee di questo primo modello siano perfezionate. A scienziati come Prigogine, con la teoria delle strutture dissipative lontane dall'equilibrio, Maturana e Varela, con la teoria della cognizione, si deve la nascita di principi generali dei sistemi che si auto-organizzano<sup>3</sup>; in altri termini a questi pionieri si deve la scoperta delle caratteristiche essenziali perché un sistema si possa dire vivente. Un sistema che si auto-organizza rappresenta uno schema di rete entro un determinato confine, che è parte integrante della rete, che si auto-genera e si auto-perpetua in modo tale che tutti i suoi componenti vengano continuamente sostituiti ad opera di processi trasformativi del sistema stesso. Sembra, dunque, che alla base di uno dei misteri più incredibili della vita ed anche della stessa materia inanimata che in certe condizioni si organizza secondo un ordine preciso, ci siano le leggi matematiche della sincronia e della fisica quantistica. Al riguardo, esse enunciano altri principi che “danno i brividi” per quanto sono misteriosi: uno in particolare crediamo sia molto importante per comprendere alcuni fenomeni che stanno alla radice della vita e, come vedremo, delle stesse relazioni umane. Il principio in questione è detto della “non-separabilità” (non-località<sup>4</sup>) ed asserisce che se due sistemi quantici interagi-

3. Sono, in questo modo, nate teorie molto interessanti che descrivono l'auto-organizzazione dei “sistemi aperti lontani dall'equilibrio” come comparsa spontanea di nuove strutture e nuove forme, caratterizzate da processi di retroazione descrivibili matematicamente da equazioni dinamiche non lineari.

4. Il principio di località dice che ciò che accade in un luogo non può influire immediatamente su ciò che accade in un altro luogo. La violazione del principio di località quantistica (fu Bell che nel 1964 dimostrò matematicamente che l'ipotesi secondo cui il mondo è intrinsecamente localizzato è errata) è rappresentato dall'entanglement, che lega due particelle nate da uno stesso processo.

L'entanglement (contravvenendo anche ad uno dei postulati della relatività secondo cui nulla può viaggiare a velocità superiori a quelle della luce) fa sì che ciò che accade a una particella abbia degli effetti istantanei anche sull'altra particella, indipendentemente dalla distanza che le separa.

scono fra loro e poi si separano, restano correlati in maniera inscindibile costituendo un unico sistema<sup>5</sup> (Aczel, 2001).

Consapevoli di proporre un passaggio arduo ad un dominio scientifico diverso, non possiamo, però, come studiosi della coppia e della famiglia, non essere colpiti dal principio di non separabilità definito con il termine tecnico “entanglement quantistico”<sup>6</sup>. Esso, infatti, rimanda al legame che nei fatti spesso verifichiamo esistente – e che non può definirsi altrimenti che misterioso – tra le vicende che occorrono contemporaneamente ai componenti di una stessa famiglia in cui il disagio di uno corrisponde al disagio di un altro componente anche se vivono lontano fra loro e sono separati da molto tempo.

L'ipotesi del Big Bang sembra avvalorare l'idea che nell'universo tutto è collegato (Bohm, 1980). Infatti, dalla singolarità, dove tutto era sovrapposto ed unito, sarebbe nato l'universo che conosciamo in cui tutti i suoi componenti per la legge della non-località non possono che essere indissolubilmente legati. I risultati di questa disciplina sono poco divulgati perché la sua comprensione è ardua trattandosi di entità immateriali e inosservabili (per esempio il campo quantistico “vuoto” in cui pullulano infinite particelle virtuali). Le difficoltà della sua comprensione vengono anche dal ruolo fondamentale che essa attribuisce alla probabilità, lasciando vago il confine tra il mondo che percepiamo e il mondo infinitamente piccolo dei quanti. Tuttavia i principi della fisica quantistica sono molto più vicini di quello che pensiamo, sia perché cercano di spiegare i legami nascosti tra le cose che compongono il mondo (che a ben vedere è la stessa cosa che fanno i terapeuti quando, per esempio, cercano di comprendere qualcosa circa le relazioni invisibili tra esseri umani in difficoltà), sia perché i fenomeni quantici, secondo alcuni scienziati, rendono il mondo proprio come noi lo vediamo grazie ad un *ordine implicato profondo* da cui dipende la realtà oggettiva che siamo in grado di vedere (Bohm, 1980). Certo, nel quotidiano, non vediamo

5. La fisica quantistica ci dice che i due sistemi vivono in uno stato di sovrapposizione quantistica che può essere descritto come un'unica funzione d'onda che li mantiene intimamente legati anche se distanti tra loro nel tempo e nello spazio. Questo mistero, che inquietava anche persone illuminate e aperte come Einstein, dice che se, per esempio, due fotoni nascono assieme e successivamente si separano, i loro “destini” resteranno legati anche dopo anni luce. Quando infatti uno di essi incontra qualcosa, come per esempio uno strumento che lo rilevi, nello stesso istante, verrà rilevato anche l'altro.

6. Termine inglese traducibile con “intrigo”, “intreccio”, “coinvolgimento”.