

Legami di coppia in crisi

PSICOTERAPIE

FrancoAngeli



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 o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

Dante Ghezzi, Paola Covini

Legami di coppia in crisi

Percorsi terapeutici
in ottica sistemica
familiare-individuale

FrancoAngeli

PSICOTERAPIE

Immagine di copertina: iStock.com/Sofya Ivanova

Isbn e-book: 9788835191438

Copyright © 2026 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore.
Sono riservati i diritti per Text and Data Mining (TDM), AI training e tutte le tecnologie simili.
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*

I link attivi presenti nel volume sono forniti dall'autore. L'editore non si assume alcuna responsabilità sui link ivi contenuti che rimandano a siti non appartenenti a FrancoAngeli.

Ponimi come sigillo sul tuo cuore
come sigillo sul tuo braccio
perché forte come la morte è l'amore
passione tenace come gli inferi
le sue vampe sono vampe di fuoco
fiamma divina!
Neppure il diluvio può spegnere l'amore
né fiumi impetuosi travolgerlo.

Cantico dei Cantici

Amatevi l'un l'altro, ma non fate del vostro amore una prigione.
E state uniti, ma non troppo vicini perché le colonne del tempio sono distanziate.

Kahlil Gibran, Il profeta

Si conobbero. Lui conobbe lei e se stesso, perché in verità non si era mai saputo. E lei conobbe lui e se stessa, perché pur essendosi saputa sempre, mai si era potuta conoscere così.

Italo Calvino, Il barone rampante

Indice

Prefazione, di <i>Matteo Selvini</i>	pag.	9
1. Alle radici. Terapia della coppia, impossibile non farla	»	13
2. La prospettiva sistemica familiare-individuale: giochi relazionali e benessere personale	»	19
3. Una necessaria introduzione	»	31
4. Caratteristiche della coppia	»	39
5. La figura del terapeuta come terzo	»	52
6. Protocollo per la psicoterapia con le coppie	»	61
7. Aspetti della presa in carico	»	78
8. La consultazione prolungata	»	98
9. Le sedute individuali	»	107
10. Indicatori di cambiamento	»	115
11. La separazione: una possibilità che non può essere negata	»	119
12. La chiusura della terapia con la coppia	»	127
13. Tecniche di conduzione	»	132

14. Quando si intromette un altro affetto	pag. 143
15. La tutela dei figli	» 154
Ringraziamenti	» 167
Bibliografia	» 169

Prefazione

di *Matteo Selvini*

Raccontare all'altro chi siamo, la nostra vita. I primi intensi momenti di una storia d'amore sono come le prime sedute di una psicoterapia: un'esperienza di riflessione, rispecchiamento, empatia, accoglienza, solidarietà. Una lunga relazione di coppia è potenzialmente la migliore delle terapie possibili (Menghi, 1999; Selvini, Gritti, 2023). Ma tante volte l'amore coterapeutico nella coppia (Canevaro, 2009) resta incompiuto, ha curato alcune ferite ma non altre.

E quindi certamente "la terapia di coppia è impossibile non farla", e infatti è diventata grande protagonista della vita relazionale contemporanea. Sdoganata dai film di Bergman, vita quotidiana nelle serie come *In Treatment*.

Il libro che avete tra le mani è il punto di arrivo, il compimento e la sintesi di due importanti carriere professionali, strettamente intrecciatasi in una decennale attività come compagni d'équipe, prima nell'area del maltrattamento, poi continuata parallelamente nella coterapia e nella formazione alla terapia con le coppie, senza diventare una coppia professionale esclusiva. Hanno infatti collaborato anche con altri terapeuti, tra cui Cesira Di Guglielmo, Renato Sidoti e Vincenza Bonsignore, coerentemente con il tema della giusta distanza nella vita di coppia.

Una lunga storia di esperienza, ricerca clinica e formazione insieme. Coterapeuti e docenti della scuola Mara Selvini Palazzoli dal 1993, dal 2000 conducono i corsi di formazione sulla terapia con la coppia.

Mi ha colpito in loro questo abbinamento tra tutela minori e terapia di coppia. Dante Ghezzi è attivo nel suo segmento più faticoso, la cura dei padri abusanti. Ho sempre pensato che lavorare a tempo pieno con la violenza e gli abusi sessuali non sia sano per i terapeuti. Affiancare al coinvolgimento nei traumi più angoscianti, la grande normalità esistenziale dei drammi di coppia, è stato molto saggio. La cura che il terapeuta deve avere

per se stesso. E infatti Dante Ghezzi e Paola Covini, in età matura, sono ancora nella vitalità anche professionale che consente loro di consegnarci un'ampia sintesi della loro esperienza. Per Dante Ghezzi è anche una seconda vita professionale, essendo stato precedentemente maestro e direttore didattico fino ai quarant'anni.

Già nel 2004 Dante Ghezzi pubblicò su *Terapia Familiare* la sua proposta di un protocollo/procedura per la terapia di coppia. Un articolo importante, che ha aperto la strada al modello sistemico familiare-individuale che abbiamo poi sintetizzato nel manuale *Entrare in terapia* (Cirillo, Selvini, Sorrentino, 2016). Importante per la battaglia scientifica volta a costruire linee guida delle psicoterapie e importante per il recupero della dimensione individuale sia nelle valutazioni che nelle convocazioni, in un'epoca in cui il modello costruttivista continuava a tenere in vita l'estremismo sistemico delle convocazioni sempre e solo collettive. Anche nella terapia di coppia si cominciò così a capire che vedere le persone anche individualmente era fondamentale.

Nei primi anni Sessanta Mara Selvini Palazzoli fece parecchie terapie di coppia, in coterapia con psicoanalisti suoi colleghi d'équipe dell'epoca (Gabriele Ghistoni, Severino Rusconi). Sicuramente non fu una esperienza gratificante, e contribuì al suo distacco dalla psicoanalisi, alla scelta di Watzlawick come supervisore... alla costruzione di una nuova équipe con Boscolo, Cecchin e Prata. Non so spiegare il fallimento di quella esperienza. Certamente quando costruì nel 1971 la nuova équipe di *Paradosso e Controparadosso* e poi nel 1982 quella de *I giochi psicotici nella famiglia*, la terapia di coppia non venne presa in considerazione. Ufficialmente per focalizzazione della ricerca sui casi più gravi di anoressia e psicosi, e anche sulla base dell'idea che unire due genitori nell'aiutare un figlio molto sofferente fosse la miglior terapia di coppia possibile (forse non sempre è vero...).

Sono orgoglioso di presentare questo libro perché, proprio come quello di altri due docenti esperti nella terapia di coppia (Fino, Penna, 2023), porta avanti la battaglia per sostenere la coconduzione e il lavoro d'équipe nella terapia di coppia. Una battaglia difficile perché la gran parte dei colleghi sistemici, psicodinamici e cognitivi lavorano da soli con le coppie.

Nelle terapie familiari e di coppia non si può lavorare da soli, è troppo difficile. Le cose emotivamente importanti accadono troppo in fretta, nella terapia individuale i tempi sono molto meno frenetici. Nella terapia di coppia il rischio di essere emotivamente e cognitivamente travolti dalle nostre risonanze, dai nostri residui d'immaturità, è troppo grave. Poter interrompere le sedute per delle pause di riflessione è decisivo per recuperare lucidità e distanza emotiva, per esaminare con calma cosa ci dicono le nostre emozioni.

Dante Ghezzi porta in terapia i suoi oltre sessant'anni di vita di coppia, Paola Covini i suoi quarantacinque.

Preziose esperienze di vita, hanno consentito loro di vivere tante situazioni, di conoscere tante coppie anche fuori dal setting, nella vita normale. Ma potrebbe anche essere pericoloso... il terapeuta potrebbe aver vissuto un eccesso di adeguamento ai bisogni del partner e proiettarlo indebitamente sui suoi pazienti. O viceversa, molto spesso terapeuti separati sono stati accusati di fomentare la separazione dei loro pazienti. Ma una lunga collaborazione d'équipe è appunto come un matrimonio o come una terapia... si arrivano a conoscere molto bene i residui d'immaturità dei propri compagni, li viviamo anche nella vita quotidiana. Una buona équipe è auto-correttiva, una grande garanzia per i suoi pazienti. Come diceva Kernberg, un matrimonio riuscito è quello dove i due partner non sono mai fuori di testa nello stesso momento!

*1. Alle radici. Terapia della coppia, impossibile non farla**

Mara Selvini Palazzoli non era interessata alla terapia con la coppia, terapie con questo impianto non ne ha mai fatte. Se incontrava situazioni in cui una coppia chiedeva aiuto per dissapori, conflitti, incomprensioni non riteneva di doverci dedicare molta attenzione e, dopo uno o due incontri per inquadrare il disagio, proponeva qualche buon consiglio e incoraggiava i partner a darsi una mossa e a impegnarsi in proprio, astenendosi così dall'interferire nei problemi considerati più privati e personali che patologici.

Probabilmente la sua era una mancanza di inclinazione per problemi relazionali che, seppure soggettivamente pesanti, non avevano la specie della complessità e della gravità dei casi delle patologie maggiori che più la appassionavano, come curante, stimolandone la curiosità, l'impegno e la creatività.

Eppure, parlando di famiglie, di genitori e di figli e operando per il loro benessere, non poteva non parlare della coppia. Infatti, proprio Mara Selvini Palazzoli affermava che il problema del bambino è, quasi regolarmente, l'espressione dei problemi della coppia. La coppia diventa allora interessante in quanto dal suo funzionamento dipende il benessere della prole.

Mara Selvini Palazzoli quindi non si riprometteva di curare le coppie e le loro fatiche, viste specificamente, ma si prendeva carico del disfunzionamento coniugale in quanto generatore di danno ai figli. In ogni situazione di presa in carico delle patologie giovanili quali anoressia, psicosi, comportamenti bizzarri o pericolosi o devianti, finiva ad occuparsi dei genitori. La terapia familiare, introdotta e adottata da Mara Selvini Palazzoli e dal

* Dalla giornata scientifica internazionale del 28 novembre 2009 in ricordo di Mara Selvini Palazzoli presso l'Università Cattolica di Milano.

suo gruppo originario, e coniugata secondo la prassi attuale della scuola che a lei è intitolata, è una via necessaria per tutte le situazioni di sofferenza della terza generazione, dei figli. Anche quando la richiesta di una coppia è orientata a chiedere una cura per le proprie difficoltà di conflitti e incomprensioni, non è possibile non interrogarsi sulle condizioni di salute dei figli. La discriminante tra la scelta di effettuare una terapia con la coppia o una terapia familiare è precisa. Non si può dare una risposta di consenso a una richiesta di cura della coppia se la terza generazione è chiaramente sintomatica. In questo caso dovremo proporre classicamente una terapia familiare.

Proviamo però a scoprire, riconoscere e valorizzare l'interesse di Mara Selvini Palazzoli per le coppie e i loro drammi, ancorché messi a fuoco a partire dal coinvolgimento dei figli: riprendiamo due idee fondamentali della sua ricerca e del suo operare clinico, il concetto dello *stallo di coppia* e la *prescrizione invariabile*. Il primo è al centro di una riflessione originale in *I giochi psicotici nella famiglia* (1988).

Secondo Mara Selvini Palazzoli le disfunzioni della coppia trovano fondamento nei giochi relazionali di cui ciascuno si è alimentato nella propria famiglia di origine. Lo stallo è la condizione in cui due partner, come i due giocatori di una partita di scacchi, si fronteggiano a pari forze, bloccati. Il provocatore passivo e quello maggiormente attivo si confrontano, ma in verità nulla si muove perché nessuno vuole cambiare. “È un gioco in cui ciascuno dei partner reagisce alla mossa dell'altro con una contro-mossa annullandone l'eventuale vantaggio, senza affatto voler stravincere” (p. 174). Lo stallo permette di evitare l'escalation che porterebbe alla separazione. Peraltro, può accadere che i due, pur in questa lotta continua, mantengano anche aspetti di benessere o addirittura di passione.

Mara Selvini Palazzoli non ha prodotto altri scritti così precisamente riferiti alla sola coppia. La nozione di stallo è riferita alla coppia, isolata come sottosistema che, se ha un prima e un dopo temporale e una connessione necessaria sincronica e attuale col più ampio sistema della famiglia nucleare e delle famiglie allargate, viene esaminata puntualmente nelle sue autonome dinamiche. Considerava lo stallo una situazione a cui i partner arrivano dopo dinamiche defatiganti e infruttuose di confronto per definire sé e l'altro, con la conseguenza di trovarsi in una condizione di perdurante blocco su posizioni rigide, connotate da incapacità di impostare evoluzioni verso uno scambio di novità e benessere.

Diversa e interessante è la lettura che attualmente Matteo Selvini e Maria Chiara Gritti (2023) danno alla nozione di stallo che nasce dalla combinazione, già originariamente non evolutiva, di due partner sogget-

tivamente disorganizzati che giungono a combinare incastri disfunzionali quali “ti salverò” o altri comunque inadeguati all’evolvere sano.

Nella nostra attuale esperienza, nelle molteplici configurazioni con cui si presentano le coppie che chiedono terapia, la condizione di stallo ricorre raramente perché con lo stallo si può convivere per una vita senza chiedere aiuto. Fatalmente lo stallo di coppia, di per sé, non è spunto per voler cambiare, fornisce anzi un modo sottile e costante di mantenere il legame, attraverso mosse e contromosse che in qualche misura alimentano il rapporto. Ancora, dal seguito del brano di Mara Selvini Palazzoli appena riassunto vediamo quello che una signora, acutamente e sinceramente, dice a commento della propria condizione originale caratterizzata dallo stallo: “Noi siamo due rocce che si scontrano senza tregua. Ma è solo in questo scontro in cui nessuno cede di un millimetro, che ci ossigeniamo” (p. 174).

Ed ecco la seconda idea che ci aiuta a scoprire che Mara Selvini Palazzoli considerava la relazione di coppia: la prescrizione invariabile descritta in *I giochi psicotici nella famiglia*. Siamo nel 1980, al Congresso internazionale di Lione sulla terapia familiare e Mara Selvini Palazzoli presenta una relazione in cui illustra un nuovo intervento in terapia. Durante l’anno precedente lei e Giuliana Prata, di fronte al caso di una ragazza anoressica di vent’anni e delle sue sorelle tardo-adolescenti, pesantemente aggressive verso i genitori e invischiate nelle loro problematiche, trovandosi in difficoltà non solo a gestire dinamiche che apparivano incontrollabili, ma anche a decifrare i giochi complessi gestiti in famiglia, decidono una prescrizione inattesa che possa bloccare l’interferenza delle figlie nelle dinamiche genitoriali. Pertanto, senza fornire all’intero nucleo presente in seduta particolari spiegazioni, convocano per l’incontro successivo i soli genitori. In quella seduta consegnano una prescrizione singolare.

Viene raccomandato che, senza preavviso, i genitori spariscano di casa per un’intera serata (e poi addirittura per giorni) lasciando un semplice biglietto: “stasera noi non ci siamo”, per recarsi poi in luoghi dove nessuno li possa riconoscere. La comunicazione che, al loro ritorno, forniranno alle figlie stupite sarà: “sono cose che riguardano solo noi due”.

I genitori devono sparire e non devono spiegare. Mara Selvini informa che il seguito del lavoro terapeutico fu molto positivo. Già alla seduta successiva la figlia anoressica aveva abbandonato il sintomo e il clima familiare era decisamente evoluto. Le figlie non furono più convocate, continuarono le sedute con i genitori che eseguirono sparizioni sempre più prolungate. Al termine della terapia il successo riguardante sintomo e relazioni familiari era evidente e un follow up dopo tre anni segnalava crescita e autonomizzazione delle figlie e benessere riacquistato per tutti.

Successivamente la buona mossa di quella terapia si consolidò nella *prescrizione invariabile*, poi adottata per alcuni anni dall'équipe e usata come input dirompente equilibri patologici, a prescindere dalle specifiche tipologie familiari. Il motivo per cui esaminiamo la prescrizione delle sparizioni è che essa, al di là della sua origine e del suo contingente obiettivo terapeutico familiare, è un singolare e potente disegno che va a costituire/ripristinare una forte dimensione di coppia. Infatti, in primo luogo e inaspettatamente, la coppia genitoriale si caratterizza pubblicamente come *quelli che spariscono*, che si individuano attraverso un'assenza clamorosa per il fatto di non essere annunciata. Inoltre, la coppia genitoriale si trova a dover agire in assoluta sintonia comportamentale e senza averlo voluto: è posta nella condizione di trovare tempo per sé e spazio per il confronto, ritrovando la dimensione del *noi*.

Con un altro pensiero, con altri obiettivi Mara Selvini Palazzoli ha prodotto una situazione in cui coppie – consumate nel tempo e nelle energie dai problemi acuti e travolgenti, oppure addirittura cronicizzati di figli malfunzionanti che li hanno legati in un potente viluppo – trovano una dimensione inusitata, quella del dover passare del tempo, e non poco, insieme e da soli. Escono da una stagione imprigionante, che magari hanno vissuto conflittualmente, e si trovano loro malgrado a fuggire insieme. E dopo un po', in genere rassicurati dal fatto che la loro assenza dalla famiglia paradossalmente provoca benessere a chi sembrava dovesse essere curato con costante presenza, possono sentirsi anche alleggeriti da questo peso. Che faranno allora? Parleranno, piangeranno o rideranno, troveranno momenti di maggiore verità, si spiegheranno, litigheranno ma su di loro invece che sui figli, andranno al cinema o a visitare mostre e musei, avranno momenti di intimità? Non lo sappiamo. Certo tra loro accadrà qualcosa che prima non poteva accadere, il contesto insolito della loro compagnia potrà fare scaturire tra loro novità. Come coppia ne avevano bisogno. Il loro ritrovarsi, bene o male, perché potrebbero riscegliersi o distaccarsi ma in modo più pensoso, porterà a sviluppi per la loro relazione. Crediamo che per la coppia poche prescrizioni, se vogliamo usarne, abbiano storicamente avuto una valenza tanto potente quanto quella della *prescrizione invariabile*.

Infine, i contributi che Mara Selvini Palazzoli e il suo gruppo originario, con Boscolo Cecchin e Prata, hanno portato e, anche se oggi storcizzabili, ancora presenti esplicitamente o spesso in maniera implicita nel nostro pensare e lavorare, sono le tecniche legate ai concetti e le prassi rispetto a ipotizzazione, circolarità, neutralità. Nel fare ipotesi sull'origine della crisi del legame di coppia si può arrivare, pur nell'infinita varietà delle storie, ad alcuni topici significativamente ricorrenti, pochi per la verità, su cui si coniugano le crisi.

Serve ipotizzare quando si lavora con le coppie? Sì, anzi è necessario come base per un successivo lavoro di ricerca e decodifica delle complessità che si incontrano. Della circolarità si può dire che è un punto di vista fondamentale per interpretare le ricorrenti dinamiche relazionali a due, in quanto ciascuno provoca l'altro che necessariamente gli risponde in una dinamica continua. Inoltre, l'uso delle domande circolari nelle prime sedute di consultazione con la coppia è, ovviamente, un moltiplicatore di informazioni e facilita un buon avvio di conoscenza e stimolazione. Il principio della neutralità nella terapia della coppia viene coniugato nell'ottica di un'alleanza benevola con il legame stesso e in una presa di distanza dalle istanze rivendicative individuali.

Quando Mara Selvini Palazzoli pensava, insegnava e operava, la teoria dell'attaccamento non era ancora centrale nel pensiero sistemico. Oggi essa si qualifica anche per i temi della coppia: ne conosciamo l'importanza nel processo di costruzione del fidarsi e dell'affidarsi che ciascun partner realizza nei confronti dell'altro. Lo vediamo con una curiosa consapevolezza: scoprire che i due si sono messi insieme per motivi sbagliati o falsamente compensativi non toglie che nel tempo si sviluppi un legame di attaccamento, a volte molto potente, che porta a rideclinare il "non posso stare con te, ma di te ho bisogno" con le complessità conseguenti. Da queste radici di pensiero e operative si sono sviluppate una riflessione e un fare terapia con la coppia che hanno una propria autonomia.

Oggi, nell'ambito del sapere e del fare che gravita attorno alla scuola Mara Selvini Palazzoli, il tema della coppia e della sua cura non è marginale. Noi con le coppie lavoriamo in quanto riteniamo che la richiesta di aiuto per un disagio portato dalla coppia possa trovare ascolto e cura nella stanza di terapia. Matteo Selvini, Annamaria Sorrentino e Maria Chiara Gritti quando si imbattono in situazioni di sofferenza tra i partner, spesso lavorano ciascuno con un singolo coniuge, impostando percorsi con l'obiettivo di aumentare la differenziazione e allentare i vincoli negativi; indirizzo senza dubbio utile e mobilizzante, anche perché non mancano di convocare periodicamente i partner in sedute congiunte in cui verificano l'incremento del benessere comune. Da sempre Alfredo Canevaro (2020) lavora con le coppie integrando le sedute con i partner con interessanti allargamenti alle famiglie di origine. Anche Fino e Penna (2023), condividendo lo schema del protocollo, hanno sviluppato un prezioso lavoro attento alle connessioni emozionali tra i partner, che attivano in seduta attraverso azioni strutturate. Molti specializzati hanno approfondito questa particolare terapia e dal 2021 si è costituito il Centro Mara Selvini per la Coppia.

Fare terapia con le coppie ha due effetti positivi. Il primo, diretto, è il cambiamento nel rapporto interno alla coppia, tutte le volte che il comune

sforzo di coniugi e terapeuti porta a esiti positivi, o anche accompagna a una dolorosa ma gestibile separazione. Il secondo è un vantaggio invisibile e implicito: con una buona terapia con la coppia cresce di molto la possibilità che i figli non portino dentro di sé danni per il disturbo coniugale ormai risolto. Non è poco.

Nel testo saranno presentati numerosi casi clinici, opportunamente modificati nel rispetto della privacy degli interessati.

2. La prospettiva sistemica familiare-individuale: giochi relazionali e benessere personale

Ciascun essere umano nella vita ricerca costantemente il proprio benessere. Appena nato, uscito dal conforto del ventre materno, senza nessuna consapevolezza, manda inequivocabili messaggi con cui chiede aiuto per calmare il disagio che fame, caldo, freddo, posture scomode e altri inconvenienti provocano nel corpo e riesce, favorito da risposte opportune, a recuperare provvisorie ma sufficienti situazioni di benessere. L'equilibrio ha breve durata, ma le buone cure genitoriali permettono continue e adattive risposte al bisogno e ripristinano condizioni benefiche. Se le risposte non sono adeguate, il pianto è il principale segnale di richiamo per i caregiver. Liotti, Monticelli (2008), Sander (2007), Trevarthen (1998) ed altri a vario titolo propongono commenti e interpretazioni riguardanti benefiche e necessarie interazioni. Col crescere delle competenze e delle performance, la progressiva richiesta cosciente di adeguate cure e lo sviluppo di movimenti di autoaiuto caratterizzano la crescita del cucciolo d'uomo, sempre con l'obiettivo del mantenimento o dell'aumento del benessere personale. Da subito quindi ogni umano che cresce si colora e si nutre degli effetti che le relazioni di cura e protezione gli garantiscono. Ben presto il primitivo segnale inconsapevole e sostanzialmente corporeo di aiuto che il bambino esprime, si modifica con l'apparire e il crescere di modalità di scambio via via più consapevoli.

Strategie

Così il bambino diventa strategico e sperimentatore nel chiedere ai datori di cura interventi che gli assicurino benessere, secondo un progetto del tutto individualizzato e riferito alla vicinanza, alla compagnia, allo scambio affettivo, alla protezione, al gioco, al cibo, al sonno, cioè a tutto quanto