

Manfrida G.

**La narrazione psicoterapeutica.**

Milano: FrancoAngeli, 2014,

pp. 194, seconda edizione, € 27,00

È sempre molto interessante e arricchente leggere di psicoterapia accogliendo e confrontandosi col punto di vista di un collega: cosa sceglie di sottolineare, cosa tralascia, cosa evidenzia. Su quali aspetti sono d'accordo e quali invece racconterei in maniera differente, pur rimanendo all'interno della stima reciproca. Abbiamo vissuto lo stesso periodo storico – c'eravamo tutti e due – ma le narrazioni che emergono dalla lettura permettono di ricordare aneddoti ed eventi che si erano dimenticati e di accedere e arricchire particolari tecnici che si erano smarriti, in un periodo in cui Gianmarco sostiene che “siamo più ricchi e meno ingenui sul piano teorico” (forse semplicemente perché siamo cresciuti?). Gianmarco

Manfrida, per sua stessa ammissione, ci propone un libro «imperfetto», per scelta, «perché non intende insegnare una lezione, né proporre una trattazione esaustiva, ma dare degli spunti, indicare delle strade, lasciare delle lacune da riempire». Come la terapia che è un percorso che non deve saturare e togliere la curiosità, che non deve accettare la delega che gli utenti sarebbero pronti a darci, anche questo libro propone ipotesi, dà suggerimenti, fa intravedere possibilità ma non suggerisce una posizione pedagogica tantomeno esaustiva, non accetta la delega, non dice come si debba fare.

Partiamo dalla definizione di “psicoterapia” dell’autore, che mi piace: «La terapia diviene un processo di ricostruzione, in cui pazienti e famiglie recuperano la possibilità di creare, interagendo con il terapeuta, nuove storie che li rendono più forti e meno sofferenti». Ci racconta poi che questo processo avviene attraverso la destrutturazione degli aspetti della vita quotidiana e delle idee che la organizzano – idee su di sé, sugli altri e sul mondo. Bella la riflessione sulle differenti tipologie di storie che vengono raccontate: epiche, minimaliste, paradossali, teatrali, drammatiche...

L’autore riflette sulla ricerca della plausibilità, del consenso, sulla necessità di una coerenza di vita che permetta anche alle storie di non creare scompiglio ma accrescere l’ordine in rapporto ai ricordi del passato e alle proiezioni nel futuro. Riflette sulle tecniche: le parole e le mosse per creare perturbazione, anche in un momento come questo in cui le parole rischiano di venir percepite come ridondanti, in un momento in cui gli utenti arrivano in seduta avendo già fatto più di un percorso terapeutico e avendo sottoposto gli accadimenti a più

ipotesi e interpretazioni e lasciano a noi il compito di decostruire le loro ipotesi più che di costruire *ex novo* nuove narrazioni.

“Come si costruisce una storia interessante” è l’argomento principe del terzo capitolo ma fondamentalmente di tutto il libro. Credo sia la domanda chiave di ogni studente in *training* e pure la domanda essenziale nei primi anni del percorso professionale. «Il terapeuta ha il compito di identificare potenzialità per storie alternative» sostiene a ragione Gianmarco, e ci racconta come le possa far emergere dalle incongruenze, dal sotto testo, dalle domande che il clinico può fare e che possono portare gli utenti a doversi inventare anziché seguire un copione provato e recitato troppe volte. Così ci racconta che non sarà una storia unica quella che emerge ma frammenti e particolari di una storia che non sapremo mai. Costruire una narrazione adattativa significa dare valore alle risorse dei singoli, senza però lodarli immeritatamente (diffidiamo ambedue dal positivo esagerato e irreali della *new age!*), occuparsi degli aspetti che non funzionano senza però passare l’idea che la situazione sia disperata. Significa proporre una storia che offra dignità e che apra a nuove possibilità, che insegni a vivere. Si può infatti pensare alla narrazione come ad un testo tutto intero che viene stravolto usualmente verso la fine della seduta attraverso un intervento di ristrutturazione, oppure – come un lavoro da orafo che smonta e rimonta pezzi di oro/informazioni piccole piccole – attraverso le domande e le connessioni nuove che si propongono durante tutto il processo. Qual è il compito del terapeuta? Tra l’altro quello di considerarsi “un creatore di consenso intorno a una storia alternativa a quella che gli viene

presentata”. Di nuovo concordo sulla distinzione che l'autore attua tra storia come semplice esercitazione linguistico/ermeneutica e il lavoro con le persone attraverso le narrazioni, sui loro aspetti relazionali idiosincratici, un lavoro “sulla carne viva”.

Questo libro che spazia e cita autori diversi, critici letterari, romanzi, propone il lavoro terapeutico come un lavoro artistico, una performance che amplifichi il senso di unità, in un clima condiviso di elevata emotività. Nel mio ruolo di “recensora” devo necessariamente anche fare delle critiche. La critica che muoverei al testo, che ho letto volentieri (eccetto il capitolo 12 sulla ricerca qualitativa, che continua ad annoiarmi, purtroppo) è il fatto che non evidenzi a sufficienza la presenza anche in terapia di altri interlocutori professionisti, che vanno interpellati e presi in considerazione anche nel *setting* privato, tra le mura di uno studio. Gianmarco parla di «comunità di interlocutori» ma poi si riferisce soprattutto ai famigliari assenti e accenna solamente a tutti gli altri operatori che ruotano attorno ad un problema: l'insegnante di una scuola, un farmacologo, un assistente sociale, un operatore di un Servizio pubblico, un medico di base, l'inviante, il committente se è prestigioso, molti di questi insieme. Una rete di altri operatori che se non si coordinano con noi hanno il potere di sabotare la terapia e di partecipare alla costruzione della cronicità.

L'autore ci mostra il suo stile di lavoro e propone una terapia intima, pragmatica, ironica, il cui il clinico descrive un modo alternativo di agire, ridefinisce, specifica, propone, sottolinea alcuni passaggi in maniera affettuosa e tenera.

Un clinico che non deve convincere nessuno ma mette in dubbio, riflette, propone, pensa, ipotizza alternative, aggiunge dettagli, connette eventi, mette in dubbio nessi, apre a nuove possibilità, chiedendo agli interlocutore di essere disponibili alle alternative. Gianmarco insiste sulla necessità retorica del processo, a me appare soprattutto un terapeuta strategico, sincero nella sua vicinanza affettiva alle persone che portano i loro problemi e che personalmente non approvo vengano chiamati più “pazienti”. Attraverso la lettura del libro emerge un operatore ironico, attento all'uso del linguaggio; nelle sedute *verbatim* ci propone sincerità, rispetto, cura del processo e misura, così nelle mail, nelle lettere e negli sms che formano il contenuto di un capitolo.

Importante che il libro finisca con un breve capitolo sul peso della responsabilità terapeutica, verso gli altri e verso se stessi: l'impegno personale che include anche la necessità di esporsi in prima persona e trovare il proprio stile. Vorrei però terminare questa recensione con una definizione epistemologica chiara che l'autore propone: «Ogni nostra esperienza della realtà è un atto soggettivo, il nostro uso del linguaggio è intersoggettivo, e chiunque cerchi ancora delle verità oggettive in un mondo che ha visto apparire Nietzsche, Husserl e Popper... è destinato a ottenere unicamente vaghe risposte». Studenti e professionisti, ricordatele sempre: sono le lenti con cui guardiamo il mondo nostro e dei nostri utenti che permetteranno di scadere nei consigli, nello scientismo e nella ricerca di verità ultime, oppure di intervenire in maniera generativa, evolutiva e processuale.

Umberta Telfener, *Roma*