

**Cristina Meini, Giuseppe Ruggiero, *Il pentagramma relazionale. Le forme vitali nella psicoterapia familiare e di coppia.* Franco Angeli, Milano 2017**

Ruggiero e la Meini, autori di questo libro, ci presentano un interessante strumento applicativo che adotta il canto come strumento privilegiato di interazione in terapia.

L'incontro con l'altro richiede una continua calibrazione e ricalibrazione reciproca degli atti comunicativi, un avvicinarsi per separarsi per poi connettersi nuovamente. L'intersoggettività quindi non è solo un rispecchiamento, il mirroring dei neuroni specchio, ma è un incontro di menti, un prestare attenzione all'altro, alla sua percezione di ciò che diciamo o facciamo, non perdendo la consapevolezza del nostro mondo emotivo. Spesso questo incontro con l'altro avviene sul piano del non detto e le forme vitali di Stern aiutano a comprendere come si possa realizzare quella sensazione di vivere insieme un'esperienza attraverso relazioni comunicative non verbali.

In terapia lavorare tenendo a mente l'intersoggettività e le forme vitali permette di trovare un dialogo tra narrazione e dimensione

mentale esperenziale, tra il dichiarato e il vissuto, tra emisfero destro ed emisfero sinistro, un “fare insieme” che genera un senso del noi.

Le espressioni artistiche possono favorire tale processo; la drammaturgia e la produzione grafica hanno spesso trovato un proprio spazio nel processo terapeutico per favorire l’emergere del piano emotivo e favorirne una rielaborazione cognitiva. Negli ultimi decenni anche la musica ha assunto un ruolo importante nell’ambito della riabilitazione o nelle arti terapie. D’altronde la musica è un medium di emozioni, uno strumento di comunicazione, di sintonizzazione delle menti di coloro che suonano o ascoltano insieme. L’incontro terapeutico stesso può essere considerato come un atto musicale, una danza creativa caratterizzata da ritmicità, scambio comunicativo, armonia, caos, silenzio. Ritroviamo quindi i cinque elementi delle forme vitali: movimento, tempo, forza, spazio, intenzione-direzione.

Interessante allora la proposta di Giuseppe Ruggiero e Cristina Meini di un intervento integrativo che intrecci forme vitali, musica e intersoggettività. Già il titolo del loro libro sottolinea questa caratteristica: il pentagramma, spazio di definizione del Cosa, Perché e Come svolgere un’esecuzione, diventa relazionale, luogo d’incontro in terapia della narrazione, della drammatizzazione e della mentalizzazione. L’attenzione non si ferma sull’individuo e la sua interiorità, ma sulla coralità dell’azione e del vissuto.

Quello che viene proposto è un modello di attività musicale d’insieme centrato sul canto (*Relational Singing Model*<sup>1</sup>) nato con l’intento di aiutare le persone con difficoltà comunicazionali e relazionali in contesti riabilitativi o scolastici. Il nostro interesse è però catturato dal suo utilizzo nell’ambito della psicoterapia familiare o di coppia. Da alcuni anni, infatti, Ruggiero e l’Istituto di Medicina e Psicologia Sistemica (IMePS) lo applicano come protocollo di intervento breve con famiglie con bambini (4-12 anni). L’intervento prevede quattro incontri durante i quali vengono proposte tre canzoni da riprodurre insieme:

<sup>1</sup> Meini C., Guiot G. (2015). Musica, canto e relazione. Verso il Relational Singing Model. In Ruggiero G., Bruni D. (a cura di), *Il ritmo della mente. La musica tra scienze cognitive e psicoterapia*. Milano: Mimesis.

- *Prima seduta*: dopo la presentazione di ciascun membro si crea uno spazio di gioco comune (marionette o personaggi). Si introduce poi la musica chiedendo alla famiglia di scegliere e cantare insieme un brano per loro importante e infine si presenta la canzone del benvenuto.
- *Seconda seduta*: la famiglia canta e accompagna con movimenti corporei i tre brani del RSM. Questi hanno ritmi diversi e creano atmosfere diverse: accogliente il primo, vivace il secondo e un caldo abbraccio il terzo.
- *Terza seduta*: le tre canzoni vengono cantate a coppie
- *Quarta seduta*: viene fornita ai soli genitori una restituzione del materiale osservato.

Il terapeuta non rimane esterno ma partecipa attivamente entrando a far parte del sistema, adattandosi a esso, ma anche attivandolo a seguire altri ritmi. La musica proposta è una musica agita, viene richiesto di muoversi nello spazio, avvicinarsi, toccarsi, allontanarsi, guardarsi. Questo cantare e muoversi insieme permette di sintonizzarsi e sincronizzarsi.

Chiara è allora la forza esplorativa dell'RSM al fine di una diagnosi relazionale. L'osservazione durante l'applicazione del protocollo permetterà di individuare vincoli e risorse del sistema. Chi è più capace di sintonizzarsi con gli altri? Chi cerca di sovrastare le voci degli altri? Quale coppia sincronizza meglio e quale manifesta maggior difficoltà? Chi è più coinvolto emotivamente? Chi rimane più legato all'ottimizzazione della performance?

Anche dal punto di vista del cambiamento si rivela un utile strumento di intervento. Durante questa esperienza il sistema avvia una regolazione affettiva in cui ciascun membro deve collocarsi nello spazio relazionale in modalità spesso nuove per accordarsi con gli altri, per favorire un noi armonico che non annienti l'io. È un imparare ad ascoltare l'altro non sul contenuto del suo atto comunicativo, ma sul suo modo di entrare in rapporto con me; è uno stimolare a non sovrastare, a rispettare, ad aspettare o accelerare per mantenere e arricchire insieme la melodia.

L'RSM si presenta infine come un utile strumento per superare momenti di impasse all'interno di un percorso terapeutico già avviato, per il setting familiare affiancato al setting individuale del bambino in riabilitazione o per il setting di coppia.

Questo libro è ricco di suggerimenti di applicazione e di spunti di riflessione. D'altronde una volta letto diventa difficile tenere mentalmente separati la musica e lo spazio terapeutico; anche non applicando il protocollo, il terapeuta si troverà a pensare l'incontro con l'altro in termini di stile, ritmo, pause, accordo, disaccordo e già questo è musica.

*Sara Ricciardi*