



LA PAGINA LETTERARIA

Una delle difficoltà più serie per il terapeuta è quella di interpretare un racconto. Evidenziando i fatti in linea con la sua ipotesi di lavoro, egli ne trascura altri potenzialmente più importanti e, proponendo letture di parte, mortifica la ricchezza dell'esperienza vissuta nelle situazioni interpersonali con cui si confronta. Scopo della rubrica "La pagina letteraria" è quello di fornire proposte di lettura e di riflessione intorno alla possibilità di un racconto esaustivo. Potere del poeta, dello scrittore e dell'artista in genere è quello di costruire, con mezzi apparentemente semplici, un'informazione efficace sulle situazioni interpersonali considerate nella loro complessità. Dovere del ricercatore è quello di partire da descrizioni di questo genere per separare con precisione l'informazione sui fatti dalla teoria che li interpreta.

One of the most difficult tasks for the therapist is to relate a case-story. Stressing facts in line with the working hypothesis, the therapist overlooks other ones potentially more important. By proposing only certain interpretations the therapist damages the wealth of first hand experience coming from interpersonal situations. The section devoted to the literary page aims to provide suggestions and meditations towards the possibility of an exhaustive report. The power of poets, writers and artists in general, apparently using simple tools, creates clear information on interpersonal situations seen in their complexity. The researcher, starting from such descriptions, has to separate precisely information on facts from the theory which explains them.

Una de las mayores dificultades encontradas por el terapeuta es la interpretación del relato. El terapeuta evidenciando solo los hechos que concuerdan con su hipótesis de trabajo, descuida otros potencialmente más importantes. Además proponiendo interpretaciones parciales envilece la riqueza de la experiencia vivida en las situaciones interpersonales con las cuales se confronta. El objetivo de la sección "La página literaria" es el dar sugerencias y puntos de reflexión sobre cómo obtener en la medida de lo posible, un relato exhaustivo. Poetas, escritores y artistas en general tienen en sus manos el poder de construir con elementos aparentemente simples, una información eficaz sobre situaciones interpersonales observadas en su globalidad y complejidad, mientras que el investigador tiene el deber de basarse sobre las descripciones para separar con precisión los hechos de la teoría que los interpreta.

Narrazione e ri-narrazione in psicoterapia: un cambiamento possibile per il Sé

Rita Latella¹, Vittorio Venditti², Sara Civitareale³, Jessica De Simone³,
Anna Maria Gabriele³, Matteo Guerra³, Chiara Izzi³, Luana Lombardi³,
Maria Rosaria Manfredi³, Maria Ilaria Minervini³, Valentina Salvatore³

Riassunto. Con il seguente articolo si è voluta porre l'attenzione sul potere della narrazione nell'ambito della psicoterapia sistemica: ri-narrare una storia significa vedere con occhi diversi le proprie vicende personali e familiari. Dopo una breve descrizione teorica, in cui viene spiegato cos'è la narrazione e il suo utilizzo nel setting terapeutico, sono presentati tre casi clinici seguiti nel contesto della supervisione diretta, nei quali la restituzione è avvenuta attraverso il racconto sistemico. Tale oggetto fluttuante, con il suo linguaggio metaforico, consente uno sguardo diverso, un'apertura verso una dimensione più emotiva, permettendo di considerare nuove possibilità di difficile accesso sino a quel momento; in questo modo la persona è aiutata a considerare nuovi punti di vista, verso un possibile cambiamento del Sé.

Parole chiave. Narrazione, fiaba, psicoterapia, racconto sistemico, Sé narrativo, cambiamento, linguaggio metaforico, linguaggio analogico, mito familiare, ri-narrazione.

Summary. *Narration and re-narration in psychotherapy: a possible change for the Self.* With the following article we wanted to focus on the power of storytelling in the field of systemic psychotherapy: re-telling a story means seeing one's personal and family events with different eyes. After a brief theoretical description, which explains what narration is and its use in the therapeutic setting, three clinical cases followed in the context of direct supervision are presented, in which the restitution took place through the systemic narrative. This floating object, with its metaphorical language, allows a different look, an opening towards a more emotional dimension, allowing to consider new possibilities that were difficult to access up to that moment; in this

¹Psicologa, psicoterapeuta, Asl di Chieti e Pescara, didatta del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale nella sede IPRA di Pescara.

²Psicologo, psicoterapeuta, allievo didatta del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale nella sede IPRA di Pescara.

³Psicologo/a, allievo/a terapeuta del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale nella sede IPRA di Pescara.

way the person is helped to consider new points of view, towards a possible change of the Self.

Key Words. Narration, fairy tale, psychotherapy, systemic narrative, narrative Self, change, metaphorical language, analogue language, family myth, re-narration.

Resumen. *Narración y re-narración en psicoterapia: un cambio posible para el Yo.*

Con el siguiente artículo hemos querido poner la atención sobre el poder de la narración en el ámbito de la psicoterapia sistémica: contar otra vez una historia significa mirar con ojos diferentes nuestras experiencias personales y familiares. Después de una breve descripción teórica, que explica qué es la narración y su uso en el escenario terapéutico, se presentan tres casos clínicos seguidos en el contexto de la supervisión directa, en los que la restitución se produjo a través de la narrativa sistémica. Este objeto flotante, con su lenguaje metafórico, permite una mirada diferente, una apertura hacia una dimensión más emocional, permitiendo considerar nuevas posibilidades a las que hasta ese momento era difícil acceder; de esta manera se ayuda a la persona a considerar nuevos puntos de vista, hacia un posible cambio del Yo.

Palabras clave. Narración, cuento de hadas, psicoterapia, narrativa sistémica, Yo narrativo, cambio, lenguaje metafórico, lenguaje analógico, mito familiar, re-narración.

PREMESSA

Il presente lavoro nasce dalle riflessioni durante i pre-seduta e post-seduta delle terapie in supervisione diretta con la didatta Rita Latella, il contributo dell'allievo didatta Vittorio Venditti e degli allievi del IV anno dell'Istituto di Psicologia Relazionale Abruzzese "Maria Grazia Cancrini" di Pescara. Le riflessioni stimolate dall'utilizzo del racconto sistemico nei tre casi in supervisione diretta ci hanno spinti non solo ad approfondire il ruolo che hanno la narrazione e la ri-narrazione della storia del paziente nel setting terapeutico, ma anche ad osservare come la riattivazione degli aspetti emotivi possa portare a un metalivello comunicativo diverso, più profondo e dunque a una nuova consapevolezza. Dopo un breve excursus sugli orientamenti teorici che si sono occupati della narrazione in psicoterapia, verranno presentati tre casi clinici per illustrare la potenza del modello narrativo in terapia.

COS'È LA NARRAZIONE: CARATTERISTICHE E FUNZIONI

Narrare è un tipo di attività nella quale ci imbattiamo continuamente: qualcuno può farlo per riportare alla memoria ricordi passati, metterci al corrente di ciò che è accaduto in nostra assenza o per il semplice gusto di intrattenerci. Gli argomenti possono essere i più disparati e l'estensione, la forma, la destinazione e l'effetto possono variare molto. C'è tuttavia, negli uomini, un senso perfettamente intuitivo che permette di raggruppare sotto una singola voce episodi così eterogenei fra loro grazie al potere, caratteristico della narrazione, di farci accedere a essa semplicemente mettendoci a confronto con una certa sequenza di

parole [1]. Perché noi uomini abbiamo un interesse così forte per la narrazione? La funzione della narrazione secondo Ricoeur è quella di mettere ordine nella nostra concezione e percezione del tempo vissuto [2]. La narrazione, quindi, ci permette di immaginare e pensare ciò che è lontano nel tempo, sia esso passato o futuro, e nello spazio, anche luoghi fisicamente per noi irraggiungibili; questo probabilmente è facilitato dalla presenza di un inconscio collettivo, individuato da Jung, che contiene forme o simboli che si manifestano nei popoli di tutte le culture, gli archetipi [3]. Il mondo della narrazione sembra essere esistito in un lontano passato, ma poi si trasforma in una realtà narrativa che si dispiega alla presenza dell'ascoltatore, come se l'azione si svolgesse in quel momento davanti a lui. Ha caratteristiche tipiche proprie e in esso vigono norme e credenze culturali tipiche di coloro che abitano in quel mondo [2]. Appare chiaro, come sostenuto anche da Centonze [4], come nella vita quotidiana la narrazione svolga un ruolo fondamentale sia nella nostra capacità di comprendere il tempo e accettarne le conseguenze, sia nel rapporto con la memoria, perché ci permette di accogliere e immagazzinare informazioni, creando una sorta di memoria collettiva di una cultura. La nostra narrazione svolge quindi un ruolo fondamentale nella costruzione dell'identità individuale e collettiva di un gruppo sociale, e aiuta a salvare e preservare la memoria dallo scorrere del tempo [2].

L'incipit di una narrazione, con il suo titolo, l'eventuale sottotitolo e le premesse, non ha solo lo scopo di attirare l'attenzione del lettore, ma anche di aiutarlo a entrare nel mondo narrativo e spingerlo ad assumere un particolare atteggiamento come può essere quello di osservatore distaccato, di compagno solidale e partecipe dei personaggi, di imitatore delle loro imprese e gesta, di giudice delle loro azioni. L'explicit può essere un carattere di conclusione e soluzione definitiva di tutti i problemi aperti e tutti i fili della trama, oppure lasciare narrazioni inconcluse, o che si arrestano bruscamente, lasciando il lettore in uno stato di indecisione e con ancora aperti altri possibili sviluppi della trama [2]. Secondo Bernardelli e Ceserani [2], la narrazione ha tre particolari funzioni:

1. permette di veicolare un sapere o delle conoscenze riguardo la vita, la cultura o il gruppo sociale in cui viviamo;
2. dà modo di costruire una rappresentazione della nostra identità personale coerente;
3. ci mette in grado di comprendere il tempo, di venire a capo della sua pericolosa e sfuggente natura.

Un altro autore ad essersi occupato dello studio dei processi narrativi è Jerome Seymour Bruner [5], che sostiene che il linguaggio narrativo, così come quello logico-scientifico, è sostenuto da principi e procedure. In particolare, egli individua:

- la *diacronicità narrativa*, ovvero l'esposizione di eventi che si sviluppano nel tempo, un tempo che si riferisce non a quello astratto dell'orologio, ma a quello umano;
- il «*riferimento necessario a stati intenzionali*»: è necessario che i racconti siano pertinenti alle credenze, i desideri, le teorie e i valori degli autori nella situazione in cui operano; devono consentire di connettere i fili della trama

del racconto collegandoli a una comune matrice, una «intenzionalità» non necessariamente razionale e consapevole;

- la «*componibilità ermeneutica*»: un testo narrativo si realizza quando parti e tutto possono essere fatti vivere insieme; dunque, protagonisti ed eventi che costituiscono un racconto devono essere selezionati e plasmati come ingredienti di una storia potenziale o di un intreccio che li contenga;
- la «*normatività*»: il racconto può uniformarsi alle norme stabilite in un contesto sociale e culturale, ma può anche prevederne la violazione e la trasgressione. Questo è un aspetto importante, perché indica che la narrazione deve dar vita all'inquietudine, non cancellarla; non è necessario che la narrazione sia a lieto fine. La «consolazione della narrativa» non è il conforto di una felice conclusione, ma la «conoscenza della situazione che, una volta resa comprensibile, diventa sopportabile e permette potenzialità trasformativa». È a partire da questo svelamento delle difficoltà che è possibile attivare la ricerca condivisa di soluzioni e vie d'uscita [6].

A sostegno dell'importanza della narratologia sono fondamentali anche le ricerche di Daniel Norman Stern, che mostra, attraverso evidenze sperimentali, l'esistenza di una «competenza narrativa» che il bambino acquisisce in una fase specifica dello sviluppo infantile e che contribuisce, con la comparsa del linguaggio, al costituirsi di un «Sé narrativo». Il modello narrativo, secondo Stern, «corrisponde alla capacità, specificatamente umana, di tradurre in termini linguistici l'esperienza personale che si era, fino a quella fase di sviluppo, sedimentata nel mondo rappresentativo, nella dimensione mnestica dell'implicito» [6,7]. Nel corso del tempo, alcune informazioni riferite a certi eventi dolorosi per l'individuo vengono inconsapevolmente occultate nei meandri della vita sommersa [4]. Appare evidente, quindi, che lasciando entrare nella coscienza tale materiale inconscio e rielaborandolo grazie all'immaginazione, è possibile ridurre di molto la sua potenzialità dannosa [8]. Tali informazioni, nodi essenziali della comprensione di ogni persona, possono essere però recuperati attraverso:

1. la rielaborazione delle informazioni: possibile, secondo la matrice freudiana, abbassando i livelli di guardia dello stato di coscienza;
2. un'indagine introspettiva dei vissuti individuali priva di ogni giudizio esterno e da ogni interpretazione, utilizzando il metodo autobiografico che, attraverso un processo di autocoscienza, permette di individuare soluzioni creative per agevolare la comprensione di se stessi, degli altri e della realtà circostante [4].

A tal proposito ad esempio, secondo Bettelheim [8], la fiaba e i miti sono degli ottimi alleati, perché ci parlano nel linguaggio di simboli che rappresentano un contenuto inconscio, facendo appello contemporaneamente alla nostra mente conscia e inconscia e ai suoi tre aspetti (Es, Io e Super-Io). Nel contenuto della fiaba, infatti, sono espressi in forma simbolica fenomeni psicologici interiori; personaggi ed eventi di tali storie ricalcano fenomeni psicologici archetipici (l'eroe, la strega, il mostro, ecc.), ampiamente analizzati e discussi dagli psicanalisti junghiani nel corso del tempo.

LA NARRAZIONE IN TERAPIA SISTEMICA

«Una differenza che si produce nel tempo, genera un cambiamento».

Gregory Bateson

La narrazione organizza la struttura dell'esperienza umana. Essa si fonda sulle nostre descrizioni, storie e interpretazioni in costante evoluzione e cambiamento, che si costruiscono grazie alla presenza di attori, desideri, emozioni e motivazioni, un contesto fisico, temporale e storico. Rappresentano costruzioni che possono superare il tempo, lo spazio e la logica [9]. Lo sviluppo del "Sé narrativo", come già spiegato in precedenza [6], oltre a essere una tappa fondamentale, è anche un processo che accomuna tutte le culture ed è dunque un linguaggio universale. Il corso della storia è costellato di storie, racconti di generazioni che si intrecciano tra loro; la storia possiede un enorme potere simbolico e la narrazione costituisce uno strumento unico nel suo genere, utile non solo a tramandare l'esperienza, ma anche e soprattutto a darle un significato [9].

Nel contesto terapeutico, non solo in ambito sistemico, si parla di "paradigma narratologico", il quale ruota attorno all'idea che i protagonisti costruiscano storie multiple che vadano poi ri-costruite, ri-narrate, insieme al terapeuta [6,10]. È in questo processo che risiede la capacità curativa della terapia: la narrazione costituisce un mezzo di conoscenza di sé e uno strumento attraverso cui si apre la possibilità di dare valore e riconoscimento alle proprie e altrui emozioni [9].

Sin dalla nascita della terapia psicoanalitica, Freud aveva appurato la difficoltà nel ricostruire la vita del paziente in maniera del tutto oggettiva e attendibile. Molti studiosi ed esperti avvalorano l'idea che la narrazione sia un processo attraverso cui il "linguaggio poetico della mente" entra in contatto con la realtà. Con questa immagine, Hillman, analista junghiano, in "Storie che curano" [11] sostiene che, a prescindere dall'orientamento terapeutico, l'attività di narrare la propria storia non può essere assoluta e rigida. White aggiunge che, essendo il linguaggio l'intermediario al racconto, il terapeuta non dovrebbe considerare un'unica narrazione, ma una serie di possibilità [9]. L'idea è che la richiesta di terapia giunga nel momento in cui le narrazioni delle esperienze non siano sufficientemente rappresentative o che siano presenti delle inspiegabili contraddizioni. Raccontarsi a un altro, in questo caso il terapeuta, permette di vedere e costruire una versione differente della vita e di noi stessi, di ricontestualizzare il significato delle esperienze; il linguaggio così diventa matrice di cambiamento. Le storie narrate non determinano solo il significato attribuito all'esperienza, ma anche quali aspetti della stessa vengono selezionati per descriverla. Bruner sostiene che è impossibile che i racconti includano tutta la ricchezza vissuta sul piano reale. Le storie spesso si saturano del problema, invece è possibile ampliare la capacità di individuare altri aspetti vitali dell'esperienza vissuta, trascurati fino a poco prima, costruendo strade e storie alternative ricche di nuovi significati [9]. A tal proposito White afferma: «La persona non è il problema; il problema è il problema» [6,9], ovvero il problema può essere separato dalla persona per mezzo della creazione di una rappresentazione metaforica che delinea il problema come "nemico esterno"; processo denominato "esternalizzazione" del problema [6].

La terapia sistemica è la più indicata per tale processo. Gregory Bateson [12]

afferma che «pensare in termini di storie deve essere comune a tutta la mente e a tutte le menti». Seguendo il suo pensiero, “ri-narrare” la propria storia, cioè vedere e narrare in modo diverso le vicende della propria storia personale e familiare, permette il cambiamento terapeutico [6]. La trama delle relazioni che caratterizzano i sistemi familiari è il fulcro attorno al quale emergono le storie più diverse che costituiscono gli elementi portanti del sistema da considerare. La metodologia sistemica possiede gli strumenti più adeguati all’approccio *story making*: le domande circolari, le prescrizioni, le ipotesi, il capovolgimento e l’ampliamento dei costrutti e l’utilizzo di molteplici linguaggi, tra cui anche quello metaforico, che permettono di ampliare il raggio d’azione verso i molteplici significati caratterizzanti la moltitudine di esperienze vissute dalla famiglia [9].

Il linguaggio metaforico ben si connette alla capacità del sistema terapeutico di essere creativo: attraverso questa risorsa si amplia il ventaglio delle soluzioni innovative e originali, quando si affronta un problema. Collegata all’emisfero destro del nostro cervello, irrazionale e istintivo, ha più facile accesso ai contenuti emotivi più profondi, alla capacità empatica, di sentire e riuscire a trasmettere maggiormente le emozioni, in maniera più diretta, aggirando le possibili resistenze. Si tratta di un processo dinamico. Nel corso della nostra vita apprendiamo costantemente, avendo sempre a disposizione una quantità innumerevole di stimoli immagazzinati nel nostro inconscio, che possiamo utilizzare ogni qualvolta un processo associativo ne permette il recupero, generando nuove connessioni, secondo la Teoria della memoria intelligente di E. Kandel. Quando ciò avviene, si innesca un processo creativo e nuove idee, nuove soluzioni possono prendere forma, ciò che si definisce *insight*. L’utilizzo del linguaggio metaforico e della narrazione, come accade nel racconto sistemico, all’interno del percorso terapeutico potrebbe essere spiegato mediante questa similitudine. Si tratta di un processo creativo che attraverso la connessione di nuovi e vecchi stimoli rinarrati attraverso occhi nuovi possono generare nuove soluzioni [4]. In “Il metodo autobiografico creativo” Stefano Centonze mette in risalto come attraverso la Tecnica della fiabazione sia possibile riconoscere “oggetti intimi” e riflettere sul significato del proprio vissuto, identificandosi con i protagonisti, con le storie, le difficoltà e l’ipotesi immaginativa di nuovi scenari risolutivi [4].

STRUTTURA E ASSOLUTO DEL RACCONTO

Il racconto sistemico è un racconto metaforico, che prende forma dalla storia portata dalla famiglia e dalle risonanze emotive del terapeuta; si crea dunque «un’immagine non di ciò che è, ma del modo in cui ciò che è viene comunicato» [13,14]. L’espressione rituale con la quale prende inizio il racconto è quella classica delle fiabe: “C’era una volta”; ma se nella fiaba classica si procede dall’universale al particolare, veicolando una morale, il racconto all’interno della terapia procede dal particolare all’universale [15], presentando una sua struttura e funzione specifica, nella quale vengono creati personaggi che siano isomorfi alla persona, alla coppia o alla famiglia reali [16]. Il tempo della narrazione viene traslato in uno spazio e in un tempo differenti, ma con caratteristiche identificative, nelle quali i pazienti possano riconoscersi.

Il racconto sistemico permette di connettere attraverso il linguaggio analogico e il canale emotivo il “qui e ora” con il passato e il futuro [6]. Le sue caratteristiche essenziali sono l’incompletezza e la forma metaforica: il racconto infatti non propone mai una conclusione definitiva, ma lascia spazio creativo al paziente, che può esplorare possibilità mai pensate sino ad allora. L’uso della metafora permette di entrare nel profondo della persona, attraverso l’immaginazione, consentendo un nuovo apprendimento e una percezione differente della realtà [16]. Onnis definisce la metafora come «qualcosa al di là della immediata comprensione logica» [6], e ciò permette aperture verso una dimensione più emotiva; in questo modo la persona è aiutata a considerare nuovi punti di vista, ossia nuove possibilità di scelta, un nuovo modo di guardare alle cose di difficile accesso sino a quel momento, che rappresenta il fine ultimo della psicoterapia [16].

La metacomunicazione, all’interno del racconto, permette il viraggio dai contenuti alle emozioni scambiate all’interno dell’interazione. In tal senso la creatività, che troviamo nel racconto sistemico, può rappresentare la porta di accesso per apprendere nuove informazioni; è come cercare di svelare l’incantesimo, creare qualcosa che un attimo prima non c’era e all’improvviso è lì, nelle molteplici forme in cui si presenta [4], come in un gioco di specchi riflessi. Il racconto con la sua struttura identificativa potrebbe essere scomposto nei suoi elementi costituenti [2], ma sappiamo che “l’intero è qualcosa di più delle parti”, come insegna Aristotele, ed è questo il potere del racconto nel quale le parole viaggiano a un metalivello, collocandosi in uno spazio intermedio tra terapeuta e individuo [15].

Gli individui costruiscono queste nuove possibilità, che sono già esistenti in loro, grazie allo sguardo diverso che passa attraverso il racconto. Sappiamo, infatti, che la mappa non è il territorio, ma che intende mostrare la differenza tra un oggetto e le rappresentazioni di quell’oggetto, tra la realtà e la rappresentazione di quella realtà. La mappa ha solo una struttura simile al territorio; nonostante ciò sappiamo che il territorio non si trasferisce sulla mappa: solo le differenze si trasferiscono di fatto sulle mappe, come spiegato da Bateson riprendendo il famoso concetto di Korzybski [12,17]. Ecco, dunque, che il racconto assume isomorficamente la funzione di mappa, che svela l’assoluto familiare. Quest’ultimo, il “più uno” della famiglia, le permette di avere una propria unicità e specificità, distinguendola dalle altre. L’assoluto corrisponde al mito familiare che Onnis definisce «l’insieme di rappresentazioni e di valori condivisi che organizza i ruoli essenziali dei membri della famiglia nel corso della loro vita e li collega tra di loro, definendo un gioco di interdetti, autorizzazioni, posizioni generazionali, funzioni affettive e ruoli sociali» [6].

Questi ricordi emozionali e affettivi appresi nella sfera familiare rientrano nella concezione di conoscenza relazionale implicita [18,19] e vengono immagazzinati in quelli che i neurofisiologi chiamano memoria implicita, diventando patrimonio familiare condiviso, anche attraverso la funzione dei neuroni specchio. Infatti, come ci suggerisce una scoperta compiuta da un gruppo di neuroscienziati dell’Università di Parma [6], questi hanno la funzione specifica di favorire i processi di rispecchiamento, identificazione e condivisione con l’altro.

Ciò che dà coerenza alle rappresentazioni condivise dai membri della fami-

glia è la struttura del mito, che le iscrive in una storia che rimanda a un passato che attraversa le generazioni [6]. Sebbene, quindi, per ogni famiglia il mito corrisponde alla verità e sia caratterizzato da una certa stabilità, questo è potenzialmente modificabile in base alla capacità di elaborazione della famiglia [20]. Il racconto sistemico svela infatti il livello “mitico” che influenza l’organizzazione familiare e le sue dinamiche [6], e aiuta a “ricomporre i frammenti” [15], come se i diversi fili fossero tessuti in una stessa trama, che aiuta a trovare un nuovo significato all’universale, trascendendo il potere delle parole.

IL RACCONTO SISTEMICO E LA SUA POTENZA EMOTIVA: APPLICAZIONI CLINICHE CON L’INDIVIDUO, LA COPPIA E LA FAMIGLIA

«Le metafore rappresentano la logica sulla quale è stato costruito il mondo biologico. Questa logica è la caratteristica principale dell’organizzazione dei processi mentali».
Gregory Bateson

Se, come sostiene Bateson, le metafore costituiscono la logica su cui si fondano i processi mentali, è da lì che si può partire per accedere all’Assoluto familiare o di coppia. Abbiamo sperimentato la potenza emotiva di tale strumento terapeutico nel contesto della supervisione diretta* e l’aiuto che fornisce nel ridefinire e ri-narrare storie in percorsi terapeutici con formati diversi: dall’individuo alla coppia, fino al lavoro individuale in una terapia familiare con genitori separati.

Nei due casi di lavoro individuale, la restituzione attraverso il racconto sistemico è stata successiva al genogramma, mentre con la coppia è stata seguente al gioco dell’oca sistemico. Nonostante i formati terapeutici e le domande di aiuto fossero diverse e molteplici, abbiamo potuto osservare come il racconto sistemico fornisca una riflessione a un livello comunicativo diverso: quello analogico, aperto alle emozioni, ma anche a una consapevolezza nuova, che può portare a ri-scrivere esiti inattesi e impensati, ma che può anche, come nell’ultimo caso che presenteremo, attivare una risposta difensiva e resistenze a quel cambiamento anelato, ma temuto.

CASO CLINICO 1: L’ENIGMA DEL DESIDERIO

Michele ha 29 anni, è originario del Sud Italia e lavora come dipendente presso un’agenzia; circa tre anni fa si è trasferito in Abruzzo per andare a convivere con la sua attuale compagna, Maria, che è una psicologa. Poiché la richiesta viene fatta da Michele che, nella compilazione della scheda telefonica non parla esclusivamente di problemi di coppia e chiede un percorso per se stesso, si decide di dargli un primo spazio individuale per poter comprendere qual è il problema. Nei primi colloqui si definisce il problema portato, ossia l’assenza di desi-

*I casi sono stati seguiti dal supervisore Rita Latella e dagli allievi Matteo Guerra, Valentina Salvatore e Sara Civitareale nell’ambito dell’attività clinica e didattica del III e IV anno di training dell’IPRA di Pescara, sede didattica del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale.

derio sessuale verso la sua compagna, come una difficoltà di natura relazionale e, dando voce ai suoi desideri, si convoca anche la compagna, che non accetta però la convocazione; definiamo insieme a Michele che sarà un lungo percorso individuale del quale si dovrà fare carico da solo. Michele, nelle sedute iniziali, dimostrerà di fare fatica a entrare in contatto con le proprie emozioni e a dare voce ai propri desideri. Sotto suggerimento del supervisore, si decide di utilizzare il genogramma; questa scelta ci ha permesso di allargare il contesto, di poter indagare l'area della sessualità e i rapporti significativi e di fare chiarezza su alcuni passaggi della storia di Michele che, nelle prime sedute, erano stati poco chiari. Ciò che è emerso durante il genogramma è che Michele, sin da piccolo, ha avuto un'enorme difficoltà a esprimere le proprie emozioni e i suoi desideri; poco prima che lui nascesse la madre ha vissuto l'esperienza di un aborto spontaneo. Michele è venuto a conoscenza di questo evento quando era bambino mentre giocava con una cuginetta. Ci racconta di essersi posto la domanda: "Se fosse nata lei i miei genitori avrebbe voluto me? Sarei nato?". La relazione con l'attuale compagna inoltre è nata a distanza, si sono conosciuti tramite un gruppo online incentrato sulla lettura; successivamente Michele, a causa delle discussioni sempre più frequenti con Maria, decideva di accontentarla e di trasferirsi in Abruzzo spiegando, però, che questo non era un suo desiderio. Per rimandare a Michele l'importanza di dover dare voce ai propri desideri, insieme al supervisore, abbiamo deciso di utilizzare il racconto sistemico.

LA RESTITUZIONE ATTRAVERSO IL RACCONTO SISTEMICO

La scelta di utilizzare il racconto sistemico per effettuare la restituzione della storia emersa grazie al genogramma ci ha permesso di conseguire due importanti obiettivi. Il primo è insito nella natura stessa di quest'oggetto fluttuante, ossia di fungere da narrazione analogica; questa caratteristica ci ha permesso di viaggiare attraverso il mondo delle emozioni facendo breccia nel modo di fare razionale e rigido di Michele, come dimostra il fatto che una persona estremamente precisa come lui abbia inizialmente rimandato il compito di terminarlo. Il secondo è stato il riuscire a collegare la sua storia familiare con la problematica portata in terapia in forma simbolica, rimandandogli la necessità di diventare protagonista della sua vita.

LA FIAMMA DEL DESIDERIO

«C'era una volta un principe nato in un regno lontano, oltremare, da un re forte e valoroso ed una regina buona e con una grande forza d'animo. Alla nascita del principe gli venne affidata una fiaccola che, con il tempo, avrebbe riflettuto, con la sua fiamma, i suoi desideri. Il principe ha da sempre vissuto nel palazzo reale dove viveva l'intera stirpe, passando le giornate con le altre principesse che vivevano a corte. Il principe aveva un fratello maggiore che viveva lì, nel palazzo reale; nonostante la fiamma del desiderio bruciasse affinché egli fosse visto e riconosciuto, si sentiva come se fosse figlio unico. Non riuscendo a dare voce al proprio desiderio, la fiamma perse di vigore. Durante una delle giornate

gioiose nei giardini del palazzo, il principe scoprì, da una delle giovani principesse, l'esistenza di un grande segreto mai rivelatogli dal re e dalla regina; la scoperta di questo segreto generò in lui numerose paure ed egli iniziò a chiedersi se fosse degno di essere il figlio di quel re e di quella regina, di riflesso il fuoco sulla fiaccola si affievolì ulteriormente. Il principe, preoccupato del poco calore che generava la sua fiamma, si pose l'obiettivo di cercare altrove l'energia per tenerlo vivo. Decise dunque di sigillare i propri desideri all'interno di un diario che custodì gelosamente. Un giorno il principe iniziò una corrispondenza con una principessa che viveva in un regno lontano. La principessa appariva ai suoi occhi come forte e valorosa, colei che lo avrebbe potuto aiutare a far ardere, con dirompenza, la fiamma sulla sua fiaccola. Poiché i suoi desideri erano sigillati e lui non vi poteva dare voce, decise di cedere alle richieste della principessa trasferendola in questo regno lontano, lasciando così il palazzo reale. Poiché l'unica vera energia per ravvivare la fiamma risiedeva nei suoi desideri, questa scelta la rese, ancora una volta, fioca. Passarono i mesi e gli anni e la fiamma divenne sempre più tenue; sotto indicazione della principessa il principe si rivolse a dei maghi per capire come riaccendere la fiamma sopra la sua fiaccola...».

CONCLUSIONI AL RACCONTO SISTEMICO

Michele attraverso la conclusione da lui scritta è riuscito a cogliere il linguaggio metaforico collegando la testa e la pancia e riuscendo a dare ossigeno e far bruciare nuovamente la fiamma del desiderio dentro di lui. Il racconto è stato poi ripreso più volte durante la terapia fungendo all'occorrenza da ponte tra il mondo dei pensieri e quello delle emozioni.

«Il principe già dai primi colloqui con loro capì subito che se da un lato era un grande privilegio fare la vita di corte, con tutti gli onori e le agiatezze, dall'altro era anche un onere, per via dei fitti impegni. L'immagine e il buon nome da tenere alti, l'impossibilità di andare fuori dal rigido protocollo che si impone ai nobili e ai reali di tutto il mondo. Su consiglio dei maghi montò in sella al suo destriero e cavalcò a lungo; non contò nemmeno i soli e le lune che si alternarono sopra la sua testa lungo quel viaggio. Non c'era una meta, semplicemente perché la meta era egli stesso. Tornò, e la fiamma si ravvivò. Si confrontò con i maghi. Capì che la vita, da principe, può essere vissuta. Deve essere vissuta. Per non avere un giorno, sul letto di morte, la consapevolezza ultima di essere stato solo un titolo nobiliare e non una persona che ha vissuto. Non fu facile, visti i lunghi anni di tribolazioni, ma imparò a seguire con il tempo i suoi desideri, l'istinto, ciò che gli suggeriva il cuore più di ciò che gli imponeva il cervello. E ad ogni passo avanti, ad ogni conquista, la fiaccola che portava sempre con sé aveva una fiamma sempre più brillante, sempre più calda. Ormai senza più rinvii e temporeggiamenti, con una gestione del tempo e delle risorse ottimale; senza più pesi sul cuore, proprio quelli che inibendo non gli permettevano di ascoltarlo, fu felice. Divenne egli stesso il protocollo reale, diede vita ad un nuovo regno e a una nuova dinastia insieme all'amata principessa, ora sua regina. In tutto il palazzo reale, come in ogni angolo del regno, brillavano e danzavano mille vivide fiamme nate da quella del nuovo re».

CASO CLINICO 2: GLI ETERNI AMANTI

Marco, 50 anni, è macchinista di treni; è un uomo alto e magro, paragonabile a un fiume in piena durante i suoi racconti a tratti ossessivi. Giada, 40 anni, cubana, è un'educatrice scolastica e ama passare il tempo libero con le sue due figlie. Ha uno sguardo enigmatico, a volte giocoso e spensierato, l'attimo dopo velato di tristezza. La scelta di iniziare un percorso di coppia, per quanto condivisa, è stata di Giada, dal momento che da circa due anni suo marito è andato via di casa. I due raccontano di essersi conosciuti vent'anni fa; dopo un fidanzamento che ambedue descrivono come tranquillo e sereno, sebbene caratterizzato dalle prime gelosie, decidono di sposarsi tre anni dopo. Il sogno del matrimonio è turbato però dai fantasmi della gelosia e della insicurezza per entrambi: iniziano quindi le prime liti. Questo non impedisce alla coppia di andare avanti nella loro progettualità e pochi anni dopo nasce la loro primogenita. La gravidanza non è però un periodo di emozioni e di attesa, ma purtroppo è un evento che li segna: la bambina che aspettano in un primo momento sembra dalle ecografie avere un grave problema, tanto che i medici le consigliano l'interruzione di gravidanza, fino al consulto con un altro ginecologo, che fortunatamente capisce che alcune misurazioni erano errate e che la gravidanza poteva proseguire senza problemi. In quel periodo si descrivono come molto uniti nell'affrontare queste difficoltà. Dopo due anni, arriva una seconda gravidanza, questa volta non programmata, che Giada vive con terrore, ormai segnata dalle difficoltà della precedente esperienza, al punto di pensare di abortire. Marco, pur rendendosi conto della sofferenza della moglie, non è però d'accordo con questa decisione e cerca di farla desistere. Giada, riflettendo sul peso che avrebbe avuto tale scelta sulla sua vita, decide alla fine di portare avanti la gravidanza. Dopo questa seconda nascita, una pesante nuvola si abbatte sulla coppia, in quanto Marco mette in dubbio di essere il padre biologico di questa bambina, sospettando che la moglie avesse avuto una relazione extra coniugale con un suo amico e collega. È a questo punto che emergono con ancora più chiarezza contenuti di gelosia ossessivi e paranoici del marito, che per nove anni accusa la moglie di tradimento, facendo dei collegamenti fantasiosi e mai provati nella realtà. Giada dal suo canto ha sempre negato, ma afferma che questa accusa abbia portato con il tempo a rovinare il loro rapporto. Per Marco invece il loro matrimonio è stato "danneggiato" dalle difficoltà della moglie di distaccarsi dalla sua famiglia di origine, e che le loro liti sono state il pretesto per la madre di Giada, con la quale ha un rapporto molto invischiante, di "riprendersi" la figlia. Dopo la morte del padre di Giada, figura da sempre ritenuta importante nell'aiutarli a mantenere un equilibrio nel matrimonio, Giada sceglie di trasferirsi con il marito e le figlie a vivere con la madre, ormai rimasta sola, decisione che Marco accetta come una soluzione temporanea. La convivenza non è facile, Marco non si sente libero di muoversi e la suocera spesso e volentieri si intromette nelle loro discussioni, proteggendo la figlia. Da lì a poco, una vacanza familiare in Sud America diventa nuovamente occasione di forte gelosia, Marco è infatti infastidito dal rapporto della moglie con un cugino che definisce molto invadente. Al rientro in Italia, la convivenza con la suocera diventa sempre più difficile e i problemi tra la coppia sono sempre più pervasivi,

fino a quando Marco, esasperato, decide di tornare nella loro vecchia abitazione, dopo essere stato invitato più volte ad andarsene proprio dalla suocera. Sebbene questa separazione, marito e moglie continuano a frequentarsi, con dinamiche che caratterizzano una coppia di fidanzati, rimanendo bloccati in questa dimensione, nella quale risulta impossibile mettere una pietra sul loro passato e andare avanti. Giungono così in terapia. Durante il loro percorso, l'équipe terapeutica decide di utilizzare l'oggetto fluttuante del gioco dell'oca sistemico.

LA RESTITUZIONE ATTRAVERSO IL RACCONTO SISTEMICO

L'utilizzo di tale strumento ha avuto l'obiettivo di dare una lettura originale e creativa alla storia di questa coppia, uscendo fuori dalle ruminazioni ossessive, nel tentativo di spezzare il circuito disfunzionale portato dai due e offrire una nuova visione. L'oggetto fluttuante ha infatti dato voce alla dimensione simbolica, cambiando seduta dopo seduta il clima emotivo in stanza e mostrando ai pazienti una nuova modalità comunicativa. La fase di restituzione attraverso il racconto sistemico è stata un momento emotivo per l'intero sistema. Tramite il racconto sistemico è stato possibile costruire uno "spazio terzo" tra terapeuta e pazienti, per esplorare il modello fondatore, evidenziare le contraddizioni e cercare nuove soluzioni, diverse da quelle utilizzate sino a quel momento e rivelatesi poco utili.

IN VIAGGIO, TRA SOGNO E TEMPESTE

«C'erano una volta, tanto tempo fa, due giovani che iniziavano a costruire il loro futuro. Il destino volle che i loro cammini s'incrociarono: il baldo giovane fu subito rapito dalla dolcezza e dalla sensibilità della bella fanciulla, che a sua volta fu incuriosita dalla maturità e risolutezza del ragazzo. Tra i due iniziarono giochi di sguardi e complicità, al punto che sbocciato l'amore decisero di intraprendere un viaggio insieme a bordo di una grande imbarcazione che li avrebbe portati a scoprire meravigliosi paesaggi, attraversando tutti i continenti del mondo. Durante questo viaggio decisero di formare una famiglia, i due giovani si sposarono ed ebbero due figlie. Ma questo viaggio non si rivelò privo di insidie e imprevisti. La nave in più di un'occasione dovette resistere alle intemperie: onde alte come muri e venti fortissimi che rischiavano di distruggere tutto quello che era stato costruito con tanto amore. La coppia al timone dell'imbarcazione riusciva sempre a riprendere la rotta e a seguire il proprio cammino. Un giorno il padre della ragazza, che era stato per anni un eccellente capitano di bordo e che in più occasioni li aveva guidati e aiutati nelle numerose tempeste, purtroppo li lasciò per sempre, così i due giovani si sentirono come in una notte buia, ma senza il loro luminoso faro a far luce sul percorso. Tutto cambiò da allora, i violenti nubifragi, mettevano sempre più in pericolo la stabilità della nave e della famiglia. La fanciulla in preda alla paura si fece forza con sua madre, anch'ella provata dalla recente perdita. Ma il giovane marito si sentiva sempre più solo e smarrito, ad ogni tempesta era sempre più difficile per lui resistere, finché un giorno mentre navigavano nei mari dell'America del Sud, avvenne l'inevitabile: un fulmine spezzò l'albero maestro, onde alte come montagne si

abbatterono sulla nave, che finì per affondare, mentre tutti i passeggeri furono scagliati in mare. Per fortuna erano tutti salvi, la giovane donna con le sue figlie e sua madre si ritrovarono dopo l'incidente su un isolotto e non molto distante su una zattera c'era il marito, che si sentiva distante e smarrito. Sebbene fossero vivi, erano naufraghi in terre sperdute, i loro cuori soffrivano, formare una famiglia era stato fin da subito il loro sogno e non si sentivano completi distanti l'uno dall'altra. La nave era arenata non molto lontana, non era stata completamente distrutta, qua e là c'erano pezzi della loro imbarcazione sparsi in mare, che loro desideravano rimettere insieme, con la speranza e il desiderio di poter partire nuovamente, solcando i mari verso nuovi orizzonti. Tuttavia il ricordo del naufragio aveva lasciato loro un sentimento di paura che li bloccava. Chiesero dunque aiuto a degli esperti nella riparazione delle navi, i maestri d'ascia, con il desiderio non solo di riparare l'imbarcazione, ma di renderla più forte di prima. I due giovani non erano ancora a conoscenza di cosa avrebbe riservato loro il futuro, forse nuove tempeste o forse potevano superarle insieme e godersi ancora la magia di placidi tramonti. Non sapevano ancora rispondere a queste domande e così restavano in un tempo sospeso delle loro esistenze, tra vecchi fantasmi e nuove speranze... I maestri d'ascia insegnarono loro la pazienza e la collaborazione necessarie in questo lavoro di ricostruzione e riscoperta, dando loro la possibilità di scorgere dietro le nubi un nuovo inizio».

CONCLUSIONI AL RACCONTO SISTEMICO

La coppia è riuscita a cogliere il linguaggio metaforico e a riconoscersi nella storia, prendendo con impegno la stesura del finale. Quello che emerge per entrambi è la speranza come coppia e come famiglia di creare un rapporto sereno.

Giada:

«I fantasmi per quanto mi riguarda sono quasi spariti o stanno comunque diventando più trasparenti; le tempeste credo ci saranno ancora ma mi auguro costruttive e la speranza c'è ed è quella di creare un rapporto sereno, felice e pieno di fiducia tale che sia visibile agli occhi di tutti. La speranza più grande è quella di vivere tutti e 4 sorridendo serenamente».

Marco:

«Riprendendo l'ultima parola del racconto, molto significativa, speranza; è proprio la speranza il punto di prosecuzione. Riallacciandomi al discorso della nave io penso che qualsiasi nave per raggiungere una meta abbia bisogno che ognuno abbia rispetto dei propri ruoli».

CASO CLINICO 3: UN ASSORDANTE SILENZIO, IL CORPO CHE PARLA

La famiglia in terapia è costituita dal papà Antonio, 50 anni, operaio che si arrangia con lavori saltuari, uomo giovanile nell'aspetto; la madre Stefania, 45 anni, casalinga, donna loquace e di bell'aspetto; le due figlie Alessandra, 14 anni, e Maria, paziente designata, di 13 anni. È la madre a chiedere una terapia su indicazione della NPI in seguito alla diagnosi, lo scorso anno, di una "lieve disabilità intellettiva" della secondogenita. Maria presenta inoltre sintomi legati al corpo: lo scorticamento delle ferite, la difficoltà a trattenere la pipì in momen-

ti di ilarità e la masturbazione anche in presenza della mamma. La richiesta di Stefania è di presa in carico individuale della figlia: si mostra infatti difesa e si descrive come una mamma impeccabile ma, sin da subito, l'équipe terapeutica ridefinisce il problema come relazionale. La coppia genitoriale è separata ormai da molti anni, dopo un matrimonio brevissimo; ciò è avvenuto attraverso una separazione difficile e conflittuale, fatta di violenze verbali reciproche, accuse e ripetuti interventi dei Carabinieri. La conflittualità è però ancora molto elevata e appare chiara la difficoltà, per entrambi, di affrontare il “divorzio psichico” [21]: è un legame disperante, un disperato contatto oltre la solitudine. Le modalità interattive disfunzionali di questi genitori ci hanno permesso di constatare la loro impossibilità di fare squadra nella crescita delle figlie che, coinvolte in una doppia alleanza intergenerazionale, esprimono “entrambe” in realtà una grande sofferenza: Alessandra attraverso il pianto e la squalifica dell'autorità materna, Maria invece attraverso un sintomo compensatorio, espressione di una difficoltà a verbalizzare il suo disagio, agito attraverso il corpo. Il percorso terapeutico si è articolato con convocazioni diversificate per sottosistemi in funzione degli obiettivi di lavoro, fino a convocazioni individuali della sola Stefania. Il padre, Antonio, ha scelto invece di abbandonare la terapia dopo soli pochi incontri.

Nel lavoro terapeutico sono stati impiegati compiti a casa e tecniche analogiche, metaforiche, come la scultura e il disegno congiunto della famiglia, anche per via dell’“assordante silenzio” di Maria, così poco attiva in stanza e in difficoltà nel verbalizzare. Ciò ha permesso di produrre un movimento di crescita e dei miglioramenti, quali la scomparsa dei sintomi, il rafforzamento del debole legame di sorellanza, la maggiore autonomia delle figlie e la stimolazione delle abilità residue di Maria, accudita da Stefania come fosse una bambina piccola, spesso anche sostituendosi a lei; ha portato, al contempo, a una deresponsabilizzazione di Alessandra, a cui viene chiesto invece di essere una figlia genitoriale, il sostegno che la madre non trova all'esterno. Con l'obiettivo di aiutare Stefania ad alleggerire il carico che sente su di sé e, al contempo, favorire la sua emancipazione dalle figlie, crescendo dunque come madre e donna, le abbiamo proposto degli incontri individuali. L'utilizzo dell'ecomappa ci ha permesso di osservare l'impoverimento dei sistemi relazionali che ruotano attorno a sé e quanto invece è ampio il sistema vuoto del futuro, delle aspettative: la disabilità di Maria e l'accudimento, che immagina sarà a vita, sembrano l'alibi che Stefania dà a se stessa per tenersi occupata, per non pensare all'impoverimento della sua socialità e la mancata gratificazione lavorativa. La narrazione della sua storia attraverso il genogramma ha fatto emergere nodi da sciogliere e script familiari che si ripetono: Stefania appare ancora figlia, non del tutto svincolata dalla sua famiglia d'origine e in particolare dalla madre.

LA RESTITUZIONE ATTRAVERSO IL RACCONTO SISTEMICO

Nell'incontro di restituzione, avvenuto dopo una pausa chiesta dalla signora, Stefania ha riportato in realtà una regressione, riferendo un generale peggioramento delle condotte relazionali e comunicative in casa da parte della figlia primogenita: sono tornati forti e chiari la designazione e lo stigma, evidenti anche dalla richiesta di una terapia individuale per Alessandra.

Nonostante ciò, la lettura del racconto è un momento molto emotivo, la signora si commuove e sente che descrive bene la sua storia. Le chiediamo dunque di scrivere un finale che includa anche delle connessioni con quanto più recentemente accaduto.

LA LEONESSA CHE EBBE IL CORAGGIO DI FIDARSI

«C'era una volta, tanto tempo fa, una giovane leonessa che viveva in un piccolo branco, nella savana. Il branco era molto unito: il papà era un leone affettuoso e giocherellone a cui, però, piaceva tanto tentare di attaccare sempre gli animali più grandi, correndo così il rischio di ferirsi; il fratello, più grande di lei, era un leoncino con cui la piccola andava d'accordo; la madre era una bella leonessa che aveva sofferto molto da piccola e aveva giurato di proteggere il suo branco il più possibile dai predatori del mondo esterno. Negli anni, quest'ultima aveva dovuto affilare così tanto gli artigli e rendere potente il suo ruggito, che a volte alla giovane leonessa appariva minacciosa e poco affettuosa; in realtà cercava, nell'unico modo che conosceva, di evitare che sulla strada dei piccoli leoncini si imbattersero temibili nemici. La giovane leonessa ascoltava i consigli della madre ma a volte aveva il desiderio di avventurarsi per esplorare l'orizzonte sconosciuto; questo la portava a ruggire più forte di lei, per farle capire che, piano piano, stava diventando anche lei una leonessa adulta. Un giorno, vide un giovane leone di un branco vicino e, colpita dalla sua bella criniera, decise di unirsi a lui: molto presto i due divennero una nuova famiglia, poiché nacquero due leoncine. I due giovani, però, appartenendo a branchi diversi, iniziarono presto a ruggirsi contro tutto ciò che non piaceva loro dell'altro, coinvolgendo anche le rispettive stirpi. I ruggiti divennero sempre più forti, al punto da creare una vera e propria ferita all'interno del branco e, per evitare che diventasse sempre più profonda, i due leoni decisero, con fatica, di allontanarsi. Pur distanti, tentarono di mantenere buoni rapporti per il bene delle leoncine ma spesso era molto difficile e ciò provocò tanta sofferenza in tutti loro. La leonessa, ricordando allora quanto il mondo ed i leoni maschi potessero essere ostili e rischiosi, cominciò ad affilare gli artigli perché adesso era soprattutto lei a dover badare ai suoi cuccioli. Decise dunque di riavvicinarsi al suo branco d'origine e, malgrado ora fosse lei il capobranco, cercava spesso per sé la guida e l'appoggio della madre leonessa. Le piaceva prendersi cura delle leoncine, ma allo stesso tempo era un impegno molto faticoso, che le rendeva difficile esplorare tutto quello che la savana aveva da offrire ad una giovane e bella leonessa come lei. Spesso, infatti, la leonessa si sentiva sola e, pur amando moltissimo le sue cucciolle, aveva tanti desideri chiusi, stretti stretti, dentro di sé. La voglia di guidarle e proteggerle era così grande da rischiare però che le cucciolle non riuscissero ad apprendere come cavarsela da sole nella savana. Per fortuna, la leonessa era molto sensibile ed attenta e riuscì ad ascoltare il ruggito di sofferenza che la leoncina più piccola esprimeva; decise allora di chiedere aiuto a dei saggi ed esperti elefanti dalle grandi orecchie, alle cui cure avrebbe voluto però affidare solo la piccola. I saggi invece ascoltarono a lungo il branco ma soprattutto la leonessa e le mostrarono quanto, in realtà, la ferita fosse aperta e bruciasse tanto ad entrambe le cucciolle. La aiutarono poi a capire che le leoncine stavano diventando ormai giovani leonesse, che erano pronte ad aiutarla nella caccia e che, imparando a difendersi da sole, potevano iniziare ad esplorare la savana: luogo ricco di temibili iene ma anche di acacie sotto cui ristorarsi, di tramonti ma

anche di splendide albe. Così gli elefanti la supportarono, scommettendo sulle sue risorse, e la leonessa imparò ad affidarsi, iniziando ad avere meno peso sulle sue spalle. La leonessa, infatti, dimostrò tanto coraggio nel fidarsi ed ascoltare gli esperti elefanti e, seguendo i loro consigli, nuovi scenari si spalancarono dinanzi ai suoi occhi. Sceglierà di percorrere passo dopo passo il cammino verso quell'orizzonte tanto desiderato? Sceglierà di fermarsi? Tante sono le possibili strade che attendono la temeraria leonessa».

CONCLUSIONE AL RACCONTO SISTEMICO

Nonostante le emozioni circolate durante la restituzione, nell'incontro successivo Stefania ha riportato una conclusione negativizzante, che è una descrizione dei problemi più che una riflessione. Dalle sue parole si evince inoltre l'aspettativa di un intervento mistico, magico che cambi le cose, pertanto propendiamo per un intervento paradossale. Appare evidente, dunque, come una nuova consapevolezza possa anche attivare vecchie resistenze e il ritorno ad uno stato omeostatico precedente, in un equilibrio doloroso, ma conosciuto.

CONCLUSIONI

Il modello della narrazione in psicoterapia si propone, a nostro parere, come un approccio scientifico basato sulle evidenze (evidence-based medicine - EBM) di cui oggi si parla tanto. La sintesi delle nostre riflessioni è stata che: la nostra esistenza è la nostra storia, come affermava Bateson «Noi pensiamo per storie, perché siamo costituiti da storie, immersi in storie, fatti di storie» [22]. L'approccio narrativo utilizza concetti vicini all'esperienza, che peraltro ritroviamo nei film, nei libri, non sono dunque concetti astratti, ma sono la descrizione di comportamenti ed esperienze. Narrare ci permette di viaggiare nel tempo e nello spazio, attraverso l'uso dell'immaginazione. È fondamentale sia per la nostra comprensione del tempo, ma anche per custodire la memoria dal passare del tempo e degli eventi. Pertanto la narrazione consente una maggiore conoscenza di sé, facilitando la comprensione delle proprie e altrui emozioni. In fondo in terapia il paziente non fa altro che raccontare ed agire delle storie. Mentre le storie raccontate riguardano le cose dette dal paziente, le storie agite sono storie che non sono raccontate verbalmente, ma sono drammatizzate con il linguaggio del potente oggetto fluttuante che è il racconto sistemico.

BIBLIOGRAFIA

1. Bonomi A. Lo spirito della narrazione. Milano: Bompiani Editore, 1994.
2. Bernardelli A, Ceserani R. Il testo narrativo. Bologna: Il Mulino, 2005.
3. Santagostino P. Guarire con una fiaba. Usare l'immaginario per curarsi. Milano: Feltrinelli, 2006.
4. Centonze S. Il metodo autobiografico creativo: intelligenza emotiva e narrazione di sé con la tecnica della fiabazione per la crescita personale. Carmiano, Lecce: Edizione Circolo Vizioso, 2017.

5. Bruner JS. The Narrative Construction of Reality. *Critical Inquiry* 1997; 18: 1-21. trad. it. In: Stern DN, Ammaniti M (a cura di). *Rappresentazioni e narrazioni*. Roma-Bari: Editori Laterza, 1997.
6. Onnis L. *Teatri di famiglia. La parola e la scena in terapia familiare*. Torino: Bollati Boringhieri, 2017.
7. Stern DN. *Il mondo interpersonale del bambino*. Torino: Bollati Boringhieri, 1987.
8. Bettelheim B. *Il mondo incantato. Uso, importanza e significati psicoanalitici delle fiabe*. Milano: Feltrinelli, 1977.
9. White M. *La terapia come narrazione*. Roma: Casa Editrice Astrolabio - Ubaldini Editore, 1992.
10. Schafer R. *A new language for psychoanalysis*. New Haven, CT: Yale University Press, 1976.
11. Hillman J [1983]. *Le storie che curano. Freud, Jung, Adler*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 2006.
12. Bateson G. *Mente e natura*. Milano: Adelphi Edizioni, 1984.
13. Caillé P, Rey Y. *Gli oggetti fluttuanti. Metodi di interviste sistemiche*. Roma: Armando Editore, 2005.
14. Legache A. *Échos du sensible*. Paris: Atelier Alpha Bleu, 1988.
15. Caillé P, Rey Y. *C'era una volta. Il metodo narrativo in psicoterapia sistemica*. Milano: Franco Angeli, 1998.
16. Baker P. *L'uso della metafora in psicoterapia*. Roma: Casa Editrice Astrolabio - Ubaldini Editore, 1987.
17. Bateson G. *Verso un'ecologia della mente*. Milano: Adelphi Edizioni, 1976.
18. Stern D. *Il dialogo tra l'intrapsichico e l'interpersonale. Una prospettiva basata sulla psicopatologia dello sviluppo*. *Psicobiiettivo* 2006; 26: 77-88.
19. Stern D. *La costellazione materna. Il trattamento psicoterapeutico della coppia madre-bambino*. Torino: Bollati Boringhieri, 1995.
20. Byng-Hall J. *Le trame della famiglia. Attaccamento sicuro e cambiamento sistemico*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 1997.
21. Cigoli V, Galimberti C, Mombelli M. *Il legame disperante. Il divorzio come dramma di genitori e figli*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 1988.
22. Bateson G, Bateson MC. *Dove gli angeli esitano. Verso un'epistemologia del sacro*. Milano: Adelphi, 1989.