
Giornata Scientifica in ricordo di Mara Selvini Palazzoli
Milano, 28 novembre 2009 - Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano

in collaborazione

con l'ASAG - ALTA SCUOLA DI PSICOLOGIA AGOSTINO GEMELLI e
il CRI^{dee} - CENTRO DI RICERCA SULLE DINAMICHE EVOLUTIVE ED
EDUCATIVE

TERAPIA DELLA COPPIA, IMPOSSIBILE NON FARLA
DANTE GHEZZI*

Mara Selvini non era interessata alla terapia della coppia, di queste terapie non ne ha mai fatte. Se incontrava situazioni in cui una coppia chiedeva aiuto per dissapori, conflitti, incomprensioni non riteneva il caso degno di molta attenzione e, dopo aver dedicato uno o due incontri a inquadrare il disagio e a inviare qualche indicazione, lasciava il campo e incoraggiava i due a darsi una mossa e a impegnarsi in proprio; astenendosi così dall'infilare il naso nei problemi considerati più privati e personali che patologici. Una via di mezzo tra il disinteresse e una posizione moralistica: decidano loro come fare per uscire dalle difficoltà e soprattutto si rimbocchino loro le maniche.

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

Stefano Cirillo ricorda il seguente episodio. Di una coppia di cui conosceva le difficoltà perduranti, la squalifica reciproca, il conflitto ricorrente ebbe a commentare: "non sono neanche cattolici, se vanno così male si separino e chiudano lì", come a ridurre la situazione a una dimensione semplice e ovvia, con poca attenzione a una sofferenza giudicata minore e poco degna di attenzione psicologica.

Eppure, parlando di famiglie e operando per il loro miglioramento e il loro benessere, della coppia non si può non dire. Appena il disturbo travalica la fatica e la crisi coniugale, dice proprio Mara Selvini in uno scritto del 1973, come nel caso di problematiche riguardanti

*DANTE GHEZZI: Psicologo e Psicoterapeuta, è Responsabile Formazione Terapia di Coppia della Scuola di Psicoterapia "Mara Selvini Palazzoli", Viale Vittorio Veneto, 12 – 20134 Milano, tel/fax 02 29524089.

bambini molto piccoli, si intende che “il problema (del bambino) è per noi quasi regolarmente l’espressione dei problemi della coppia”, coppia che diventa allora interessante in quanto, dal suo malessere, altri subiscono effetti dannosi.

Che risonanza creavano in Mara Selvini i problemi della coppia? E’ noto il suo felice connubio con il marito Aldo riguardo al quale lei segnalava, con le persone amiche, una costante situazione di benessere.

Io con le coppie ci lavoro, in tandem con Paola Covini o con Cesira Di Guglielmo; e prima con Gloriana Rangone e Francesco Vadilonga, e prima ancora con Milena Lerma e Carmela Martino. Tutti allievi e/o estimatori di Mara, che non hanno seguito la sua poca passione per le coppie. In più qualcosa ho scritto e probabilmente ancora scriverò. Da 10 anni poi presso la Scuola si è sviluppato, insieme alle altre attività formative postcurricolari, uno specifico corso di due anni sulla terapia della coppia che coinvolge ex allievi e altri professionisti che vengono da diversi orientamenti. Si tratta di uno sviluppo autonomo o c’è continuità con l’insegnamento di Mara Selvini?

L’impostazione trigenerazionale accomuna nel nostro orientamento terapie familiari, individuali e di coppia. La scelta di quale setting privilegiare deriva da diverse variabili: la competenza e l’esperienza personali, la possibilità o meno di lavorare in due, il confronto con la richiesta esplicita che arriva dalle persone richiedenti cura. L’idea di Mara Selvini era che i coniugi mal funzionanti sono figli che fanno un legame partendo dal proprio malessere, che nell’incontro viene sia compensato che aumentato.

Vale quindi il riferimento al versetto 24 del secondo capitolo della Genesi che recita: “L’uomo abbandonerà suo padre e sua madre, incontrerà la donna e saranno una sola carne”, dove gli accenti sono due, l’incontro dell’uomo e della donna perché si realizzi una sola carne e, prima ancora, la determinante uscita dalla famiglia originaria, qui connotata con termine forte “abbandono”. Perché esista coppia con pienezza di competenze questa uscita deve accadere in maniera piena e pacata. Se ciò non avviene o avviene malamente le pendenze tra la seconda generazione e la prima procureranno sofferenze nella coppia e quindi, spesso, disagio ai figli. Ricordo la scultura di Caillè dei due sposi che stanno per abbracciarsi, ma l’uomo ha la testa girata decisamente all’indietro e la sua compagna non è contenta.

Lavorare con la coppia per una risoluzione dei problemi conseguenti a una uscita non realizzatasi bene ha allora un effetto benefico sui due attori e crea premesse di beneficio per i figli

Una terapia familiare, con le metodiche adottate da Mara Selvini e dal suo gruppo originario o coniugata secondo le prassi attuali della Scuola, è la via corretta per tutte le situazioni di sofferenza della terza generazione, dei figli specie se adolescenti. La discriminante tra scelta di effettuare una terapia di coppia o una terapia familiare è precisa. Anche se la richiesta di una coppia è orientata a chiedere una cura per le proprie difficoltà, i conflitti, le incomprensioni e via descrivendo, noi non possiamo non chiedere e non sapere quali sono le condizioni di salute dei figli. Non si può dare una risposta di consenso a una richiesta di coppia se la terza generazione è non solo in difficoltà per il conflitto dei genitori, ma chiaramente sintomatica. Potremmo dire ai due che si presentano fuori tempo massimo in quanto il disagio nella coppia ha già prodotto un riverbero troppo negativo e coinvolgente sui figli e li ha compromessi. E in questo caso dovremo proporre classicamente una terapia familiare.

Credo che si possa con utilità esaminare un concetto, lo stallo di coppia ed un intervento prescrittivo, la cosiddetta prescrizione invariabile per scoprire e valorizzare l'interesse di Mara Selvini per le coppie e i loro drammi, ancorché messi a fuoco a partire dal coinvolgimento dei figli.

Ci serve partire dall'affermazione di Framo: "Dietro ogni figlio disturbato c'è una coppia disturbata, anche se non ogni coppia disturbata ha un figlio disturbato". Il concetto sostenuto da Framo ci avvicina alla pratica clinica della Selvini, originariamente non tanto interessata ai disagi della coppia quanto alle gravi condizioni patologiche dei figli, ma

necessitata a considerare le coppie genitoriali di figli sintomatici come portatrici di un difetto che per definizione concorre alla situazione sofferente dei figli.

Se è vero, ne siamo ormai convinti che attribuire i danni dei figli, specie adolescenti o prossimi allo svincolo, esclusivamente alle dinamiche familiari è un errore semplificadorio, restiamo però certi che i genitori siano primariamente e fortemente attinenti al disagio filiale.

E' necessario mantenere connessa la dimensione di genitorialità carente con quella di coppia disfunzionante. Mara Selvini non si riprometteva di curare le coppie e le loro magagne, viste in autonomia, ma si prendeva carico del disfunzionamento coniugale in quanto produttivo di danno ai figli. In ogni caso di presa in carico delle patologie giovanili quali anoressia, psicosi, comportamenti bizzarri pericolosi o devianti, della coppia non poteva non occuparsi. Né si può sostenere che le coppie la interessavano in quanto compagine genitoriale più che sistema affettivo a due, perché proprio al disturbo e al cattivo funzionamento della coppia corrisponde il disturbo ed il cattivo funzionamento del figlio.

La nozione di “stallo di coppia” porta chiarezza. Mara Selvini introduce il concetto di stallo di coppia e lo mette al centro di una riflessione originale, privilegiandone lo studio rispetto ad altra casistica (conflitti, situazioni di violenza, tradimenti, ecc.). Che cos'è lo stallo di coppia, secondo la concettualizzazione selviniana? Vediamo direttamente dal testo *I giochi psicotici nella famiglia*.

La disfunzione della coppia coniugale potrebbe essere fatta agevolmente risalire a un preesistente gioco di ciascuno dei genitori con la propria famiglia d'origine, gioco che ha profondamente segnato il processo di apprendimento di ognuno dei coniugi, ne ha influenzato la scelta del partner, continua a condizionarne le tragedie. (...) Intendiamo per gioco di stallo quello in cui i due avversari, come i due giocatori di una partita a scacchi, sembrano destinati a fronteggiarsi in eterno in una situazione senza uscita: il loro rapporto non conosce vere crisi, né scenate catartiche, né separazioni liberatorie. Uno dei due a volte esibisce una

serie appariscente di mosse d'attacco, di provocazioni, di apparenti trionfi: sembra sempre che stia per avere la meglio, ma l'altro, quietamente, invariabilmente sfodera una mossa che ne azzerà il punteggio. (...) il provocatore passivo è ad esempio il marito che "si sforza" di fare ciò che la moglie gli consiglia o si aspetta da lui, ma non ce la fa, è più forte di lui, fallisce sempre: non per cattiva volontà, ma fallisce. Chissà forse la prossima volta, se la moglie lo considererà meglio (o meno, o con un diverso tono...). (...) O ancora, è il coniuge che non loda mai, e tanto più rimane silenzioso quanto più l'altro si è scannato per strappargli un segno di riconoscimento; ma lui non ne "vede" gli occhi colmi di delusione e reagisce alle eventuali rimostranze con risposte così banali da far cascare le braccia... (...) Dobbiamo però tener presente che quello che sfocia nello stallo è un gioco particolare, che sembra mirato a evitare l'escalation, e perciò lo scisma. È un gioco in cui ciascuno dei partner reagisce alla mossa dell'altro con una contromossa allullandone l'eventuale vantaggio, senz'affatto voler stravincere. (...) In alcuni casi si ha sì la netta impressione di trovarsi di fronte due nemici accaniti, preda di un gioco che hanno inconsapevolmente prodotto che non sono più capaci né di interrompere né di abbandonare. Altre volte però, si ha la sensazione che i due contendenti, impegnati come due sportivi in una competizione accanita che non conosce respiro, si vogliano bene, si amino ancora dopo lunghi anni di matrimonio, siano magari addirittura cementati dalla passione. Ma con ciò non recedono dalle rispettive posizioni, e silenziosamente, implacabilmente, proseguono il loro gioco di stallo.

Mara Selvini non ha dedicato altri scritti così precisamente riferiti alla sola coppia. Come vediamo la nozione di stallo è, nel testo, del tutto riferita alla coppia, isolata come sistema che, se ha un prima e un dopo temporale ed una connessione necessaria sincronica e attuale col più ampio sistema della famiglia nucleare e delle famiglie allargate, viene esaminata puntualmente nelle sue autonome dinamiche.

Nelle molteplici configurazioni con cui si presentano le coppie che chiedono terapia per loro nella mia esperienza la condizione di stallo ricorre peraltro raramente, perché se resta vero che lo stallo di coppia può essere propedeutico a gravi patologie nei figli, una eventuale domanda trova collocazione in una richiesta di terapia familiare. La ragione è presumibilmente nel fatto che una situazione di stallo non ha la dirompenza delle situazioni conflittuali, drammatiche, di quelle segnate da insoddisfazione sessuale o di quelle con l'interrogativo sulla separazione. Con lo stallo si può convivere per una vita.

Nelle coppie che chiedono aiuto non la si ritrova solitamente neppure analizzando periodi passati. Perché? Fatalmente lo stallo di coppia, di per sé (salvo che non ci sia sofferenza nei figli), 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 cito dal brano appena letto quello che una signora, acutamente e sinceramente, dice a commento della propria condizione coniugale 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”

La prescrizione invariabile. Siamo nel 1980, al congresso internazionale di Lione sulla terapia familiare Mara Selvini presenta una relazione in cui illustra la prescrizione invariabile.

Di che cosa si tratta? Durante l'anno precedente Selvini e Prata, di fronte al caso di una ragazza anoressica di 20 anni e delle sue sorelle tardo adolescenti, pesantemente aggressive verso i genitori e invischiate nei loro problemi, trovandosi in difficoltà non solo a gestire dinamiche che apparivano incontrollabili, ma anche a decifrare i giochi complessi giocati in famiglia, decidono una mossa, una prescrizione inattesa che possa bloccare l'interferenza delle figlie nelle dinamiche genitoriali. Pertanto, senza peraltro fornire ai cinque presenti particolari spiegazioni, convocano i soli genitori per la seduta successiva al termine della quale consegnano loro una prescrizione singolare.

Leggiamo il vivace testo della prescrizione ancora da *I giochi psicotici nella famiglia*.

Osservare il segreto assoluto su tutto ciò che si è detto in seduta. Se le vostre figlie vi faranno domande, rispondete che la terapeuta ha prescritto che ogni cosa rimanga riservata tra voi due e lei. per un paio di volte almeno, durante l'intervallo che precede la prossima seduta, sparite da casa prima di cena, senza preavvisare, lasciando soltanto un biglietto con le seguenti parole: “Stasera noi non ci siamo”. Andare in luoghi dove presumete che nessuno vi conosca. Quando, al vostro rientro, le figlie vi domanderanno dove diavolo vi eravate cacciati, risponderete sorridendo: “Sono cose che riguardano solo noi due”. Infine, su un foglio tenuto ben nascosto, ciascuno di voi due, separatamente, annoterà le reazioni di ciascuna delle figlie al vostro strano comportamento. Al prossimo appuntamento, che sarà ancora per voi due soli, ci leggerete i vostri appunti.

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 ed 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 ed 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 in prescrizione invariabile, poi adottata per alcuni anni dall'equipe e usata come input dirompente equilibri patologici, a prescindere dalle specifiche tipologie familiari. Prescrizione invariabile che partiva da sparizioni dei genitori per poche ore e si allargava a periodi di assenza da casa non precedentemente comunicata che potevano riguardare weekend o periodi più lunghi.

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. Gli altri familiari, dapprima specificamente i figli, sono messi di fronte alla “insensatezza” dei comportamenti di persone solitamente presenti e costantemente preoccupate; poi sarà la volta dei membri delle famiglie estese prendere atto della “sconsideratezza” dei genitori che lasciano i figli a casa senza dirlo e “con tutti i problemi che ci sono”.

In secondo luogo 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.

Se è singolare, ma pertinente al setting secondo le concezioni del momento, che nulla venga chiesto ai genitori del come hanno trascorso il loro tempo liberato – oggi la nostra curiosità di terapeuti interessati al benessere dei genitori come propedeutico a quello dei figli ci spingerebbe a sapere che cosa hanno fatto e come si sono trovati tra loro i genitori fuggiti – non possiamo esimerci dal considerare che le sparizioni della prescrizione invariabile sono un forte input per la dimensione di coppia. Davvero siamo curiosi: che cosa faranno quei due? Senza troppo pensarci e con altri obiettivi Mara Selvini ha prodotto una situazione in cui coppie, consumate nel tempo e nelle energie dai problemi acuti e travolgenti, oppure addirittura cronicizzati di figli mal funzionanti che li hanno legati in un potente viluppo, trovano una dimensione inusitata, quella del dovere passare del tempo, e non poco, insieme. Escono da una situazione 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

procura benessere a chi sembrava dovesse essere curato con costante presenza, possono sentirsi anche sgomberati da questo peso. Che faranno allora? Parleranno, piangeranno, rideranno, troveranno momenti di maggiore verità, si spiegheranno, litigheranno ma su di loro invece che sui figli, avranno momenti di intimità? Non lo sappiamo. Certo tra loro accadrà qualcosa che prima non poteva accadere, certo il contenitore della loro compagnia farà scaturire tra loro novità. E ne avevano bisogno, lo sappiamo perché l'assunto di Framo è premessa e commento al malessere da cui tentano di uscire. E il loro trovarsi, bene o male perché potrebbero risvegliarsi o distaccarsi ma in modo più pensoso, quali che siano gli sviluppi per loro coppia, è la loro cura. Credo che per la coppia poche prescrizioni, se vogliamo usarne, abbiano storicamente avuto una valenza tanto potente quanto quella della prescrizione invariabile. Quindi materiale interessante, da riscoprire, su cui riflettere in termini di suggestione, riflessione e poi di operatività.

Un contributo che Mara Selvini e il suo gruppo originario, Boscolo, Cecchin e Prata, hanno portato, contributo credo fondamentale e, se oggi storicizzabile, ancora presente esplicitamente o spesso in maniera implicita nel nostro pensare e lavorare, è la proposta riguardante i concetti e le prassi su ipotizzazione, circolarità, neutralità. Penso che nel fare ipotesi sull'origine delle crisi di coppia si possa arrivare, pur nella infinita varietà delle storie, ad alcuni topici significativamente ricorrenti, pochi per la verità, su cui si coniuga la crisi. Ne cito tre, a mio avviso caratterizzanti: l'interferenza delle famiglie di origine, il tradimento del patto coniugale esplicito o più spesso implicito, la crescita personale asimmetrica nella coppia che slivella i due riguardo ai punti di partenza. Serve ipotizzare quando si lavora con le coppie? Sì, come base per un successivo lavoro di ricerca e decodifica della complessità che si incontra. Della circolarità si può dire che l'uso delle tecniche circolari nelle prime sedute di consultazione con la coppia è, ovviamente, un moltiplicatore di informazioni e facilita un buon avvio. Il principio della neutralità nella terapia della coppia viene coniugato nell'ottica di un'alleanza benevola con la coppia e in una presa di distanza dalle istanze rivendicative individuali. Il discorso dovrebbe essere sviluppato ma il tempo non ce lo permette.

Quando Mara Selvini pensava, insegnava, operava la teoria dell'attaccamento era meno sviluppata di oggi e non era ancora uno dei cardini dell'attuale pensare relazionale. Oggi essa si qualifica anche per i temi della coppia: ne conosciamo l'importanza nel processo di costruzione della fiducia e dell'affidarsi che ciascun partner realizza nei confronti dell'altro.

Con una curiosa consapevolezza: che lo scoprire che due si sono messi insieme per motivi sbagliati e falsamente compensativi non toglie che nel tempo si sviluppi un legame di attaccamento a volte molto potente, che ci porta a rideclinare il “ non posso stare con te ma di te ho bisogno”. Con le complessità conseguenti.

Oggi anche nell'ambito del sapere e del fare che gravita attorno alla Scuola Mara Selvini il tema della coppia e della sua cura non è marginale. Non siamo per nulla pochi a coltivare il tema.

Matteo Selvini ed Annamaria Sorrentino quando si imbattono in situazioni di coppie sofferenti spesso lavorano ciascuno su un singolo coniuge, impostando percorsi con l'obiettivo di aumentare la differenziazione e allentare i vincoli; 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. Non afferma peraltro Kalil Gibran che nella coppia gli attori devono essere come le colonne che reggono l'architrave del tempio, distinte e distanti per reggere l'architrave?

Da tempo e per un precedente interesse professionale Alfredo Canevaro lavora con le coppie, integrando alle sedute con i partner interessanti allargamenti alle famiglie originarie, e il suo recente libro ci illustra anche questo campo.

Di Stefano Cirillo invece ricordo un'antica affermazione da clinico disamorato: “ quanto sono noiose le coppie”! Ma forse oggi...

Concludo con un pensiero che, da antico allievo pur cresciuto, mi pare mi riavvicini agli intendimenti di Mara Selvini. Fare terapia della coppia ha due effetti positivi. Il primo, diretto, è il cambiamento nel rapporto interno alla coppia che chiede aiuto, tutte le volte che il comune sforzo di coniugi e terapeuti porta ad esiti positivi, o anche accompagna ad una dolorosa ma gestibile separazione. Il secondo è un vantaggio invisibile e implicito: con una buona terapia della coppia cresce di molto la possibilità che i figli non abbiano dentro di sé danno dal disturbo coniugale portato a risoluzione. Si applica il principio di Framo in versione preventiva: una coppia che ha superato disturbi seri al proprio interno ha meno probabilità, a parità delle altre variabili, di crescere figli disturbati. Non è poco.