

Un'introduzione al numero speciale su *Il caso di Laura: dodici prospettive a confronto*

Claudia Casini

Vicedirettrice e Caporedattrice di Costruttivismi

È con grande piacere che apro questo nuovo numero della rivista. Un numero che è nato sia dal desiderio di rendere sempre più fertile e costruttivo il dialogo tra diverse prospettive psicoterapeutiche, sia dalla curiosità di coglierne “in pratica” le somiglianze e le differenze.

Abbiamo scelto di sintetizzare la trascrizione di un primo colloquio di psicoterapia (modificando - naturalmente - le informazioni che avrebbero potuto rendere riconoscibile la persona) e di inviarlo a psicoterapeuti di orientamenti diversi, chiedendo a ciascuno di rispondere a sei domande. La maggior parte degli autori ha scelto di rispondere a ogni singola domanda, altri invece hanno utilizzato queste ultime come spunto per scrivere un testo unitario, all'interno del quale tutte le risposte sono comunque presenti.

Le prospettive psicoterapeutiche a confronto

Il contributo è stato proposto a una serie di esponenti delle associazioni aderenti alla FIAP (Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia) in modo che venissero rappresentate tutte e sei le aree della psicoterapia presenti nella FIAP stessa.

Tra coloro a cui abbiamo inviato la proposta, hanno aderito i rappresentanti di undici associazioni che fanno parte della FIAP e che coprono tutte le aree tranne quella analitico-dinamica. Nello specifico, le prospettive che compaiono in questo numero sono: per l'*area cognitiva* la prospettiva costruttivista (in tre diverse declinazioni); per l'*area corporea* le prospettive bioenergetica, quella reichiana e quella funzionale; per l'*area sistemico relazionale* due contributi; per l'*area umanistica*, la prospettiva gestaltica (con due contributi) e quella psicosintetica; per l'*area degli altri indirizzi* la prospettiva dell'integrazionismo teorico.

Le domande poste agli autori

Insieme alla sintesi della trascrizione del primo colloquio condotto con Laura (nome di fantasia), abbiamo proposto agli esponenti delle varie prospettive di considerare, nelle loro risposte, sei interrogativi, riguardanti le modalità di inquadramento diagnostico del caso e quelle di conduzione del processo terapeutico, che permettessero di cogliere e sintetizzare gli aspetti che sembravano più interessanti da confrontare. Le domande poste sono state le seguenti:

1. Qual è il problema presentato da Laura e, se il tuo approccio prevede questa differenziazione, quale la “domanda” posta al terapeuta?
2. Quali ritieni che siano le aspettative di Laura rispetto alla psicoterapia? Riterresti opportuno favorire una ridefinizione di tali aspettative?
3. Secondo il tuo modello, quali ipotesi iniziali puoi fare rispetto all’inquadramento professionale del caso e perché?
4. Come immagini che la paziente possa porsi nella relazione terapeutica, quale tipo di relazione pensi sia auspicabile cercare di costruire e quali difficoltà potrebbero insorgere?
5. Quali contenuti ti proporresti di approfondire negli incontri immediatamente successivi al primo colloquio?
6. Su quali aspetti ritieni sarebbe necessario lavorare durante il processo terapeutico e come pensi che questo potrebbe svilupparsi nel corso del tempo?

Sintesi della trascrizione del primo colloquio con Laura

Riportiamo la sintesi della trascrizione del primo colloquio proposta agli autori.

È chee... ehh... doopoo, ora sono quasi due anni che sto col mio fidanzato. Ee diciamo che non ho molta voglia di fare l'amore, però è una cosa che, nel senso, io sono sempre stata così... Il mio problema è che dopo mi arrabbio tantissimo. Probabilmente non con lui però tipo con me stessa quando tipo ci prova.

Gli tengo il muso, però questa è una cosa che ho notato che comunque ce l'avevo anche quando ero più piccina, cioè mi ricordo anche delle scene con i miei genitori, che se combinavo qualcosa, poi dopo mi arrabbiavo, perché, non lo so perché, perché mi dispiaceva comunque di averlo fatto. Cioè me la rifaccio con l'altra persona ee poi non so se questa cosa del mio fidanzato è legata magari a qualcosa che mi è successa quando ero piccina, perché c'era praticamente un ragazzo che viveva qualche portone più in là nella mia via, che aveva sette o otto anni più di me, questo ai tempi che io facevo le elementari, che praticamente veniva a casa mia con la scusa di cercare mio fratello, mio fratello non c'era, allora stava lì con me, ee praticamente va beh, mi diceva si gioca a babbo e mamma? Ee, insomma c'è stata un po' questa cosa, anche che magari mi sentivo costretta a fare.

Però non so, son tutte cose chee, io penso di ricollegarle a questo, però se poi penso che comunque anche quando ero piccina, c'avevo comunque questo carattere qui, questo modo di comportarmi, uhm, non so, probabilmente non è una cosa legata a quella, non lo so, non lo so proprio.

Succedono queste cose, che comunque il mio comportamento fa star male sia me che lui. E lui c'ha tanta pazienza, proprio tanta.

Io son stata fidanzata tipo tre volte, m'ha sempre fatto così questa cosa.

Però per dire, con il primo ero piccolina, avevo quindici anni, ee, ora ce n'ho ventinove, ee, con lui ecco, non mi riusciva dirgli di no, stavo zitta, però poi era una cosa che faceva male a me; cioè, mi ritrovavo magari a piangere da sola, aa non rispondergli e non fargli vedere comunque che stavo male; ora invece, insomma, riesco a dire no. Son tranquillissima, non è chee, c'è qualcosa che mi dà fastidio, è proprio quando so che deve succedere, che sta per succedere, mii, mi dà fastidio, cioè mii...

Ha pensato ora di fare una psicoterapia, perché?

E, allora, io, quando ero piccolina andavo già, da uno psicologo che mi ci portavano i miei genitori, però ecco, e mi portavano per quel fatto che mi era successo di questo ragazzo. L'hanno saputo perché io l'ho raccontato a una bambina in classe, la bambina l'ha detto alla mamma, e la mamma l'ha detto alla maestra, e la maestra l'ha detto alla mia mamma. Avevo, dieci anni. Mi hanno portato da questo psicologo, però, ecco, come mi entrava nell'argomento io non aprivo bocca, poi a distanza di anni la cosa che mi ha fatto venir qui è che... cioè che poi passo veramente, anche una settimana intera, che si sta nella stessa casa e che io tengo il muso.

Durante il rapporto riesce a trovare piacere, ad arrivare in fondo?

Introduzione

Sì, sì, sì, per quello noo, è proprio il, il prima di, di iniziare, cioè, boh, mi fa fatica, mi fa, non lo so. Quando lui inizia, eh, io non, eh, gli dico sempre di no, cioè, non, boh, non lo so perché. Eh lui mi dice, «fosse per me, se fosse una cosa di cui io non avessi bisogno, per me si potrebbe anche non fare», cioè, eh, però, ioo (sospiro) provo rabbia e dopo mi sento in colpa, per avergli detto di no. E quando gli dico di no... è no.

E quando invece è un no/sì?

Allora per dire, è successo due volte, l'ultima volta ieri, che, che comunque mi dispiaceva ehh, l'ho fatto, però, uhm è come se avesse fatto tutto da solo, perché, perché non avevo voglia eh, e poi però, per dire a metà mi scappa da piangere, e allora lui se n'è un pochino accorto, pff, e mi ha detto «stai piangendo?», «no, no», no, eh, e va beh, lui ha continuato, e però io, cioè son rimasta, cioè, però è una cosa che mi fa male.

Rispetto a iniziare una psicoterapia lei che cosa si aspetta?

Uhm, non lo so. No, proprio, eh... cioè, io, mi aspetto di smussare... mi aspetto di, almeno smussare un pochino questa parte del carattere.

Comunque mi arrabbio per, per cose che cioè, non dovrei perché, per esempio: ero piccolina, ma non so, avrò fatto le elementari, ora non mi ricordo quanti anni avevo, però, ero con la mia mamma a cercar funghi, eee, e la mamma era giù, accovacciata che prendeva funghi, ee io giocavo con questo bastoncino e gliel'ho battuto nella testa, non facendolo apposta ovviamente, e la mamma mi fa: «Laura, mi fai male!», e io, che ho fatto? mi sono arrabbiata e gli ho rotto tutti i funghi, cioè, perché?

Questa è una cosa che mi ci rivedo anche ora, perché sono così. Quella volta ci sono rimasta male di avergli fatto male, cioè non gli avevo fatto male, però ci sono rimasta male e mi sono arrabbiata con lei, cioè mi dovevo sfogare questa cosa.

Quindi la rabbia, si scatena quando...?

Quando l'altra persona mi dice, mi fa notare che ho fatto magari una cosa negativa, una cosa che fa male all'altra persona, e io m'arrabbio. Poi dopo mi rendo conto e chiedo scusa, però chiedere scusa io tipo ho iniziato ora, prima io non chiedevo scusa mai. Ho iniziato ora con Sandro, il mio fidanzato. Prima, magari, lì per lì lo sentivo giusto, era una cosa che non mi rendevo nemmeno conto, cioè mi viene così, cioè non mi riesce trattenerla, e poi dopo mi rendo conto, però prima, anche se mi rendevo conto, rimanevo su quella linea lì.

Ora mi rendo conto che, che, faccio questo perché mi sento in colpa, cioè, eh non lo so, è una cosa strana... e mi chiedo perché continuo a farlo. Vorrei almeno limitarmi, cioè, cercare di limitarlo un pochino, cioè che per me sarebbe anche tanto.

Tornando su una cosa che le avevo chiesto... Perché in questo momento? Lei convive, mi ha detto da due anni... e... questo problema si è presentato anche da prima della convivenza?

Sì

C'è stato un qualche cosa di particolare, che ora l'ha portata a pensare di chiedere un aiuto?

Ehh, sì, perché probabilmente il ragazzo che ci sto ora per me è più importante di, di, boh, di, rispetto agli altri, gli altri rapporti che ho avuto, cioè, non son niente in confronto a quello che c'è con lui e quindi per me è una cosa importante, comunque, ee, cioè vivere serenamente ee, essere tranquilla io e far stare tranquillo lui, ee.

Ma mi chiedevo, visto che state insieme da diverso tempo. Perché ora e non, per esempio, un anno fa?

Eh, perché, perché ora, perché mi son ritrovata tante volte, eee, ehf, boh, a piangere, mi son ritrovata a piangere, a nascon..., cioè per non farlo vedere a lui, perché sennò magari lo facevo stare ancora più male, e però, no, non ce la posso far più, non ce la posso più fare; anche ieri, per dire ieri, ho pianto, ho pianto tutto il giorno, ho pianto dalla sera, la notte ho dormito, e poi la mattina ho ricominciato a piangere.

L'altra sera siamo andati a cena e si è iniziato a parlare di questa cosa, dei bambini, ee lui diceva, «no, ma tee, non hai paura di avere un bambino?» No, assolutamente, cioè, io, zero. Se ne era già parlato di questa cosa, si era deciso di averlo, però magari, tra un po' di tempo, quando si è sistemato tutto. Cioè poi magari le paure ti vengono però paure normali, insomma. E lui, a proposito

C. Casini

del discorso mi diceva «ma te non hai paura? Ti immagini se poi, dopo quando arrivi a farlo dici, no, non lo voglio più, lo do in adozione».

Lo dicevo «no, non ho paura, beh se hai paura te, se si dovesse arrivare al punto che poi mi dici non lo voglio, eh, mi dispiacerebbe tantissimo, io il bambino lo terrei, se tu non lo vuoi mi dispiace, però... Quello che mi fa paura è che te, alla fine, sì, hai detto che un bambino lo vuoi, però, tutte le volte che ne parli, pensi alle cose negative. Non mi hai mai detto, “penso una cosa positiva all’idea di averlo...”» E lui mi ha detto «su questo hai ragione». E io ci son rimasta male, perché magari, boh, mi aspettavo un’altra risposta, mi aspettavo che mi dicesse «no, macché stati tranquilla, perché magari ora non è il momento, però...» e invece non mi son sentita... Insomma poi, magari, gli volevo parlare anche di questa cosa, però, sentirmi dire così mi ha bloccato e io, ora, non gliene parlerò mai.

Rispetto a questo suo problema nei confronti dei rapporti sessuali lui come si pone?

No, no, lui è, lui è, è pazien..., cioè è tranquillo. No, no, eh, mi ha sempre assecondato, mi ha sempre detto «non ti preoccupare», poi, è logico che arrivato a un certo punto, eh, tipo due settimane fa, m’ha chiesto «ma sono io il problema? Che c’è che non va? Ma ti piacerebbe farlo in un altro modo? Ti piacerebbe farlo in un altro posto?» però per me non è questo, cioè, non è che c’ho la fantasia di far... cioè, ecco lui mi ha chiesto queste cose qui, ee, basta, il massimo che ha fatto, ecco, poi, è parecchio paziente.

Ne avete parlato insieme dell’ipotesi della psicoterapia?

Ee sì, gli ho detto «eh, ho bisogno di andare», «macché! Tu stai a guardare queste cose?» Allora da lì ho iniziato a parlargli, ho detto «però, secondo me, ne avrei bisogno, perché boh, probabilmente questa mia cosa è anche legata al passato, però non lo so, perché anche quando ero piccina ero così» ee, e lui m’ha detto «l’importante è che tu non ti senta malata, perché cioè, nel senso, non ti devi sentire...», no, io non è che mi sento malata, però mi sento che c’ho un qualcosa che, devo cambiare, migliorare, devo, fare diversamente, perché non sto bene, in questo periodo io non sto bene, e allora niente.

Buon viaggio

Sono davvero molteplici e avvincenti le strade che si dipanano a partire dalla sintesi della trascrizione del primo colloquio che avete letto. Ciascuno sguardo ci offre una visione inedita di Laura e della domanda che porta, del modo di impostare e utilizzare la relazione ai fini del cambiamento e della logica adottata per progettare e sviluppare il processo terapeutico. Ogni risposta data, come spesso succede in psicoterapia, apre molti altri spunti di riflessione e interrogativi.

Vi auguro di calarvi nelle varie prospettive con la curiosità dei viaggiatori e di sentirvi arricchiti quando tornate a casa.

Citazione (APA)

Casini, C. (2018). Un’introduzione al numero speciale su *Il caso di Laura: dodici prospettive a confronto*. *Costruttivismi*, 5, 1-4. doi: 10.23826/2018.01.001.004

LA PROSPETTIVA COSTRUTTIVISTA INTERSOGETTIVA

Laura e il caos dei sentimenti

Lorenzo Cionini, Isabella Mantovani

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista, CESIPc, Firenze

A partire da una parziale trascrizione di un primo colloquio fra Laura e il suo terapeuta gli autori, in coerenza con i presupposti dell'approccio costruttivista intersoggettivo, propongono un insieme di ipotesi relativamente a: la domanda e le aspettative poste dalla paziente e l'utilità di una loro ridefinizione, l'inquadramento professionale del caso, le possibili modalità di utilizzazione della relazione terapeutica come strumento di cambiamento, la logica secondo la quale imposterebbero le fasi iniziali del trattamento e lo svilupperebbero in quelle più avanzate.

Parole chiave: *costruttivismo, intersoggettività, relazione psicoterapeutica, traumi relazionali precoci, dissociazione.*

Starting from a partial transcription of a first conversation between Laura and her therapist, the authors, consistent with the assumptions of the intersubjective constructivist approach, propose a set of hypotheses concerning: the patient's demand and expectations and the usefulness of their redefinition, the professional classification of the case, the possible modalities of using the therapeutic relationship as an instrument of change, the logic according to which they would set the initial phases of the treatment and develop it in the more advanced ones.

Keywords: *constructivism, intersubjectivity, psychotherapeutic relationship, early relational traumas, dissociation.*

Qual è il problema presentato da Laura e quale la “domanda” posta al terapeuta?

Il problema presentato da Laura sembra riferirsi alla sua “*non voglia di fare l'amore*” con il compagno, alla rabbia che sente salire dentro di sé, alla sua reazione di pianto durante il rapporto e nei giorni successivi e al “*tenere il muso*” anche per settimane intere, senza comprenderne il motivo. La preoccupazione principale sembrerebbe quella di dover nascondere tutto questo a Sandro per non farlo star male, dal momento che, afferma: “*lui ha tanta pazienza*”. Il suo negarsi anche quando in un secondo momento acconsente, nonostante la non voglia, e la sua rabbia la fanno sentire in colpa.

Oltre a questi aspetti, presentati in primo piano, Laura accenna spontaneamente ad altri due eventi relativi alla sua storia, rispetto ai quali si chiede se questi possano avere relazione con il suo problema attuale:

- a quello che possiamo pensare sia stato un abuso sessuale, nel periodo delle scuole elementari, da parte di un amico del fratello di sette-otto anni più grande, che evidenzia sia la scarsa attenzione dei familiari nei suoi confronti (dal momento che i fatti avvenivano in casa sua senza che nessuno se ne rendesse conto) sia la sua difficoltà a chiedere aiuto ai genitori che lo erano venuti a sapere solo attraverso un passaparola: da un'amica di scuola, alla mamma dell'amica, alla loro insegnante, ai genitori;
- all'episodio dei funghi, con la mamma, nel quale si trova a esprimere la sua rabbia nei confronti di lei, senza comprenderne l'origine e le motivazioni, sentendosi, subito dopo, in colpa; episodio che possiamo pensare esemplificativo di molti altri dello stesso tipo.

Facendo una distinzione fra domanda esplicita e domanda implicita (Carli & Paniccia, 2003; Cionini, 2013), possiamo definire la prima nei termini di: aiutami a "*smussare questa parte del carattere*", a limitarmi e controllare la mia rabbia "*per cose che non dovrei*" fare/sentire, a stare tranquilla "*per far stare tranquillo Sandro*". In base alle sensazioni che ci arrivano dalla lettura del testo, possiamo formulare la domanda implicita posta da Laura al terapeuta, esprimendo anche questa "in prima persona": aiutami a fare chiarezza su ciò che sento e sui miei comportamenti nell'oggi che mi sembrano scorretti e ingiustificabili; aiutami a capire l'origine dei miei problemi alla luce delle mie esperienze passate.

Quali le aspettative di Laura rispetto alla psicoterapia? È opportuno favorirne una ridefinizione?

Le aspettative di Laura coincidono con ciò che abbiamo descritto nel definire la domanda esplicita. Coerentemente con l'approccio *costruttivista intersoggettivo*, che utilizziamo, riterremo importante proporre, fin da subito, una ridefinizione delle aspettative della paziente rispetto alla psicoterapia. Nei termini più semplici possibili, le presenteremo una diversa possibilità di porsi nei confronti del suo disagio: che il suo pianto, la sua rabbia, la sua non voglia di fare l'amore con Sandro ecc.. piuttosto che comportamenti da controllare e nascondere, possano avere (così come qualsiasi altro sintomo, cosiddetto psicopatologico) una funzione protettiva rispetto a bisogni difficili da permettersi ed esprimere ma fondamentali per il proprio benessere personale. Bisogni e desideri importanti da riconoscere ed accogliere e dei quali riuscire a tener conto.

Nella nostra ottica, infatti, piuttosto che porsi l'obiettivo di *controllare* tali modalità di essere e sentire, è essenziale *comprendere il senso e la funzione del proprio disturbo*. Il problema presentato viene visto come l'effetto di un qualcosa che nasce dal dentro della "verità soggettiva" della propria esperienza (Cionini, Mantovani, 2016). L'obiettivo, a lungo termine, diviene quindi quello di riuscire a **comprendere** quali siano i bisogni che sostengono i comportamenti e le sensazioni percepite come problematiche, attraverso un "viaggio dentro di sé" che permetta alla persona di ripercorrere e ricontattare le esperienze che l'hanno portata a sentire quella come l'unica soluzione possibile. Cosa del tutto diversa dall'aiutare il paziente a costruire una **spiegazione** teorica del problema presentato che gli offra una pseudo-soluzione, in termini logico-razionali.

Pur partendo inizialmente dal presente, attraverso l'analisi di situazioni episodiche percepite emotivamente attivanti (in negativo o in positivo), questo processo richiede quindi che, in un qualche momento (in una fase più avanzata) dell'iter terapeutico, si torni indietro per cercare di ricontattare quelle esperienze precoci della paziente, con le sue figure di attaccamento, presumibilmente dissociate per il carico di sofferenza che hanno comportato e

comportano (Bromberg, 2011). Attraverso un percorso lungo e difficile, grazie a ciò che si riesce a co-creare nella relazione terapeutica in “momenti di incontro” e “momenti affettivamente intensi” (Stern, 2004; The Boston Change Process Study Group, 2010; Beebe & Lachman, 2002), il processo si snoda nel tentativo di ricostruire, insieme alla persona, come queste esperienze precoci (difficili da riattivare a livello consapevole) abbiano portato a quella percezione di sé che continua a regolare, anche nell’oggi, il suo modo di porsi nei confronti propri e degli altri significativi.

Quali ipotesi iniziali è possibile fare rispetto all'inquadramento professionale del caso?

Nel nostro modo di lavorare, per giungere a una *costruzione professione* che possa dare un senso più esaustivo ai problemi presentati dalla paziente e al suo modo di porsi rispetto a sé, alle relazioni e al mondo, avremmo bisogno di dedicare alcune sedute (usualmente tre) per raccogliere una narrazione delle esperienze di vita che Laura riesce a ricostruire nel presente rispetto alla sua storia. Da un’analisi dei pochi dati che emergono nel primo colloquio, è possibile comunque formulare alcune ipotesi iniziali sui processi che la possono aver portata a sentire ed essere, nell’oggi, la persona che ci presenta.

Quello che ci arriva dal suo racconto è che nella relazione attuale i bisogni di Laura non siano visti da Sandro che le chiede di “*fare l’amore*” in funzione esclusiva del proprio piacere, senza considerare minimamente lei, sia prima sia durante il rapporto. Anche quando “*a metà mi scappa da piangere*” e “*un pochino*” se ne accorge, lui continua come se la cosa non avesse importanza. E questo avviene anche quando il pianto si prolunga per ore o per giorni. Da un lato i “*no*” che riesce a dire sembrano quasi dei *no a priori* per la sua difficoltà di essere in contatto e riconoscere ciò che sente e desidera, dall’altro è difficile per lei mantenerli nei fatti e non assecondare ciò che le viene richiesto da chi sente affettivamente importante; non assecondare viene infatti tradotto nel “*far male all’altra persona*”. I bisogni e i desideri dell’altro vengono sempre prima dei suoi; non occuparsene la fa sentire in colpa ma contemporaneamente anche invasa (“*non ce la posso più fare*”) e provare rabbia, sensazione che, nella sua confusione interna, sembra non avere senso e spiegazione per lei: “*mi arrabbio per cose che non dovrei*”. Il caos interno rispetto ai propri sentimenti sembra portarla anche a non comprendere se la sua rabbia sia rivolta all’altro che invade e non la considera o a se stessa, in quanto “*colpevole*” di essersi negata. Comunque, la rabbia è la sensazione che rimane in primo piano, presumibilmente per coprire un dolore ben più difficile da legittimarsi e sentire fino in fondo.

Rabbia, colpa, confusione rispetto a sé e ai propri bisogni hanno sicuramente radici lontane che Laura ci fa intravedere attraverso due racconti: quello dell’episodio dei funghi con la mamma e quello del “*gioco*” con l’amico del fratello che porta a ipotizzare la possibilità di un abuso sessuale ripetuto.

Nell’episodio con la mamma, ciò che sembra emergere in primo piano è la confusione dell’insieme delle sensazioni provate da Laura, presumibilmente, sia sul momento sia nella ricostruzione attuale. Laura infatti dice: “*quella volta ci sono rimasta male di avergli fatto male, cioè non gli avevo fatto male, però ci sono rimasta male e mi sono arrabbiata con lei, cioè mi dovevo sfogare questa cosa*” e subito prima si era chiesta “*mi sono arrabbiata e gli ho rotto tutti i funghi, cioè, perché?*”, evidenziando una difficoltà a comprendere cosa sia avvenuto e come se lo sia vissuto. Possiamo ipotizzare una ricostruzione dell’episodio di questo tipo: la mamma e Laura sono nel bosco e la sensazione di Laura è che sua madre sia interessata esclusivamente ai funghi e non la consideri. Il gesto di battere il bastoncino sulla testa, che afferma di aver compiuto “*non apposta*” potrebbe essere visto come un tentativo, più o meno consapevole, per attirare l’attenzione di lei. La reazione, probabilmente eccessiva, della

mamma che non coglie la richiesta della figlia e la accusa di averle fatto male, scatena la rabbia di Laura che si scarica indirettamente attraverso la distruzione dei funghi. Nel ricontattare l'episodio, la confusione emerge immediatamente dall'andamento del racconto che oscilla fra: "gli ho fatto male" vs. "non gli ho fatto male"; "ci sono rimasta male" vs. "mi sono arrabbiata". Sembra che niente possa prendere una direzione chiara, in mezzo a troppi sentimenti contrastanti fra loro, ai quali non può essere data cittadinanza in quanto non rispecchiabili nello "sguardo" della figura di attaccamento; come se le due costruzioni degli eventi, la sua e quella materna, fossero state mantenute, e si mantengano, entrambe "vere", presumibilmente in due parti "dissociate" di sé.

I "giochi" sessuali con l'amico del fratello, che non sappiamo fino a che punto siano arrivati, cui la paziente accenna fin dall'inizio del primo colloquio, sembrano confermare l'ipotesi che Laura si sia sentita non vista e non considerata dalle sue figure di attaccamento. Nessuno si accorge di quanto avviene ripetutamente in casa sua e con nessuno, fra i familiari, lei sente di potersi confidare. Come talvolta accade, questa informazione viene fornita da Laura durante le primissime battute del primo colloquio e ci chiediamo quanto tempo debba passare prima che Laura possa riprendere questo argomento durante la psicoterapia; presumibilmente molto. Che i cosiddetti "giochi" possano essersi configurati nell'esperienza di un abuso sessuale sembra confermato dal fatto che la paziente afferma "mi sentivo costretta a fare", dall'allarme suscitato, al tempo, dal suo racconto quando alla fine è arrivato all'orecchio dei genitori, dall'invio da uno psicologo con il quale comunque lei non è mai riuscita a "entrare nell'argomento", chiudendosi in un mutismo quando gli veniva chiesto di riaffrontarlo.

Da tutto questo possiamo ipotizzare che queste *esperienze*, definibili come *traumatiche relazionali precoci multiple*, di mancato riconoscimento dei propri bisogni di bambina, da parte delle figure di attaccamento, siano arrivate a Laura come un insieme di sensazioni così caotiche e discrepanti da portarla a diffidare e non rappresentare la "realtà della propria esperienza". Per lo sviluppo di un senso integrato di sé è necessario che le interazioni intersoggettive fra il bambino e le figure di attaccamento risultino comprensibili e che il bambino si senta riconosciuto nella sua specificità e soggettività, così che le sue esperienze emotive e affettive possano essere costruite all'interno di una sensazione di fondamentale unitarietà e coerenza del Sé. La mancata conferma, da parte delle figure di attaccamento, degli stati emotivi e affettivi del bambino può fargli sentire alcune parti di sé come non accettabili, in quanto non accolte e rappresentate nella mente dell'altro. La capacità del bambino, e poi dell'adulto, di dare significato ai propri stati affettivi, riflettere su di essi, sentirli appartenenti a sé può essere più o meno significativamente compromessa, portandolo a dissociare gli stati del Sé non riconosciuti e confermati. Si costituiscono così stati dissociati del Sé multipli e non integrabili, che hanno un proprio accesso indipendente alla consapevolezza; ognuno confinato all'interno di una rigida modalità di entrare in contatto con gli altri, ciascuno con un proprio senso di verità (Cionini, Mantovani, 2016).

La scelta di un compagno come Sandro che sembra decisamente poco in contatto con i bisogni di Laura, ma probabilmente anche con i propri, ha un senso nella misura in cui garantisce (forse a entrambi) un contatto/non contatto ovvero una distanza di sicurezza. Le esperienze relazionali traumatiche della prima parte della vita compromettono ampiamente la possibilità di fidarsi/affidarsi all'altro, di instaurare e coinvolgersi pienamente in relazioni affettive significative, mantenendole nel tempo. Si crea così una sorta di paradosso nel quale coesistono il desiderio di vicinanza con la sensazione di pericolo della stessa, insieme a una continua oscillazione fra la ricerca e la paura di avvicinarsi a figure affettivamente significative (Cionini, 2018).

Come potrebbe porsi inizialmente la paziente nella relazione terapeutica? Quale tipo di relazione può essere auspicabile costruire?

Dalle informazioni che abbiamo, immaginiamo che Laura nella relazione con il terapeuta potrebbe porsi inizialmente con un atteggiamento di dipendenza e “sottomissione”. Nella sua confusione, potrebbe inoltre aspettarsi che sia il terapeuta a fornirle risposte corrette e/o che nel rapportarsi ai suoi interventi e alle sue domande possa cercare di immaginare ciò che il terapeuta stesso si attende, per adeguarvisi. Contemporaneamente, quello che ci colpisce è la sensazione della sua disponibilità a fidarsi all’interno del setting che emerge fin dal primo colloquio, nonostante che “il potersi affidare all’altro” non sia stata un’esperienza vissuta nelle relazioni con le persone significative. Per questo riteniamo che il percorso terapeutico abbia buone possibilità di costruirsi e svilupparsi nel tempo. Essenziale che il terapeuta si ponga nella relazione con Laura evitando di anticiparla e definirla, mostrandosi accogliente e riconoscendo l’importanza e la “verità” delle sue sensazioni, per quanto spesso confuse e antitetiche.

Quali contenuti sarebbe opportuno affrontare in una fase iniziale del processo terapeutico?

In una fase iniziale, come già accennato, riteniamo che sarebbe importante entrare con Laura nella sua “confusione”, per aiutarla a mettere ordine nelle sue sensazioni. Un primo *step* potrebbe concretizzarsi nel chiedere a Laura di descrivere situazioni episodiche del presente, percepite in un qualche modo problematiche, per riuscire a giungere, insieme a lei, a una ricostruzione di eventi in cui si dipani una trama narrativa che possa dare un ordine - momento per momento – ai fotogrammi del ricordo. Quindi, invitando Laura ad assumere una prospettiva “in terza persona” rispetto al proprio racconto, aiutarla a comprendere i percorsi che l’hanno portata a sentire e dare significato a ciò che è avvenuto nel suo mondo esterno e interno.

Su quali aspetti sarebbe necessario lavorare durante una fase più avanzata del processo terapeutico?

Successivamente, quando la paziente sia riuscita a mettere un po’ di ordine nel suo caos interno diventerà possibile aiutarla anche a rientrare in contatto con memorie traumatiche del passato, presumibilmente dissociate, riconnettendole ai modi di essere e di sentire del presente. Ricontattare le sensazioni che l’hanno portata a costruire l’immagine di sé, in relazione al non essersi sentita considerata e confermata dalle sue figure di attaccamento, potrà permetterle di iniziare a dare un senso alle sensazioni per lei incomprensibili del suo attuale modo di porsi nella relazione con sé, con gli altri e in particolare con Sandro.

Rispecchiarsi negli occhi del terapeuta, sentire che ciò che ha sentito è accettabile e condivisibile con un “altro” che lo sente insieme a lei, essere riconosciuta intersoggettivamente (come presumibilmente non è avvenuto con le sue figure di attaccamento) e sentirsi confermata, in modo prevalentemente implicito, potrà consentirle di legittimare le sensazioni di parti dissociate di sé, qualsiasi sia il loro contenuto. Mediante un dialogo che fluisca prevalentemente fra i corpi piuttosto che solo a parole (Cionini, 2015), il terapeuta dovrebbe poterla accompagnare nel percorrere un sentiero che, pur pieno di ostacoli, momenti di stop e

ritorni indietro, le consenta di accogliere se stessa e la sua storia, per arrivare a permettersi di sentire i propri bisogni e desideri come un qualcosa per lei accettabile.

Nel corso di questo lavoro, dopo un tempo sicuramente lungo, riteniamo che le immagini e le sensazioni connesse all'esperienza dell'abuso sessuale possano riemergere spontaneamente (senza che vi sia stata alcuna spinta, anche indiretta, da parte del terapeuta) e che Laura senta il bisogno di condividerle all'interno del setting. Diverrà in questo modo possibile accompagnarla a trovare un nuovo ordine alle tante e diverse sensazioni connesse con quell'esperienza, all'interno un'immagine di sé maggiormente integrata.

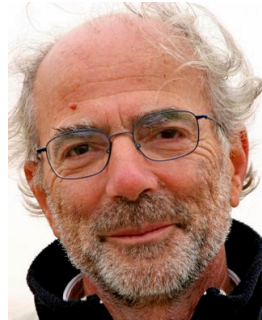
Riferimenti bibliografici

- Beebe, B., & Lachmann, F. M. (2002). *Infant research and Adult Treatment: Co-constructing Interactions*. Hillsdale: The Analytic Press. (trad. it. *Infant research e trattamento degli adulti. Un modello sistematico-diadico delle interazioni*. Milano: Raffaello Cortina, 2003)
- Bromberg, P.M. (2011). *The shadow of the tsunamis: And the growth of the relational mind*. Hillsdale: Routledge. (trad. it. *L'ombra dello tsunami; la crescita della mente relazionale*. Milano: Raffaello Cortina, 2012)
- Carli, R., Paniccia, R. M. (2003). *Analisi della domanda. Teoria e tecnica dell'intervento in psicologia clinica*. Bologna: Il Mulino.
- Cionini, L. (2013). La psicoterapia cognitivo-costruttivista. In L. Cionini (a cura di), *Modelli di psicoterapia* (pp. 133-213). Roma: Carocci.
- Cionini, L. (2015). Il linguaggio delle parole, il linguaggio del corpo e il linguaggio delle immagini nel processo di cambiamento. *Costruttivismi*, 2, 169-180. doi: 10.23826/2015.02.169.180
- Cionini, L. (2018). Traumi relazionali multipli e dissociazione: la logica dell'assurdo. In M. L. Manca (a cura di), *Amore e psiche: la dimensione corporea in psicoterapia* (pp. 71-81). Roma: Alpes Italia.
- Cionini, L., Mantovani, I. (2016). Leggere la dissociazione dell'esperienza del trauma relazionale: la psicoterapia nell'ottica costruttivista intersoggettiva. *Costruttivismi*, 3, 40-62. doi: 10.23826/2016.01.040.062
- Stern, D. N. (2004). *The present moment in psychotherapy and everyday life*. New York: Norton. (trad. it. *Il momento presente*. Milano: Raffaello Cortina, 2005)
- The Boston Change Process Study Group (2010). *Change in Psychotherapy. A Unifying Paradigm*. New York: Norton. (trad. it. *Il cambiamento in psicoterapia*. Milano: Raffaello Cortina, 2012)

Laura e il caos dei sentimenti

Gli Autori

Lorenzo Cionini, psicologo psicoterapeuta a orientamento costruttivista intersoggettivo, già Professore Associato di Psicologia clinica presso la Scuola di Psicologia dell'Università degli Studi di Firenze, è Co-Direttore e Didatta della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva a orientamento costruttivista del CESIPc di Firenze, Didatta e past-President della Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva (SITCC), Past-President della Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP); Didatta della Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista (AIPPC). È autore e curatore di numerosi articoli e volumi sulla psicologia e sulla psicoterapia costruttivista.
Email: lorenzocionini@icloud.com



Isabella Mantovani, psicologa psicoterapeuta a orientamento costruttivista intersoggettivo, Didatta della Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista (AIPPC), insegna nell'ambito della "formazione pratica" alla Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva a orientamento costruttivista del CESIPc di Firenze. Lavora come psicoterapeuta degli adulti e degli adolescenti a Padova, presso il Centro Costruttivamente e a Firenze presso il CESIPc. Si occupa di formazione alla genitorialità e di aggiornamento per medici di base.
Email: isa.manto03@gmail.com



Citazione (APA)

Cionini, L., Mantovani, I. (2018). Laura e il caos dei sentimenti. *Costruttivismi*, 5, 7-13. doi: 10.23826/2018.01.007.013