

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 smus... 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 NARRATIVO-ERMENEUTICA

Il caso di Laura: una vita sospesa

Gabriele Chiari

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista, CESIPc, Firenze

La parziale trascrizione della prima seduta di psicoterapia con Laura offre lo spunto per mostrare in che modo il caso potrebbe essere inquadrato nei termini della psicoterapia narrativo-ermeneutica, elaborazione italiana della psicoterapia dei costrutti personali. Il problema presentato sembra rimandare ad un cambiamento già in atto nel modo in cui Laura tende a giocare un ruolo nella relazione con gli altri, cambiamento che nelle circostanze attuali della sua vita di coppia la mette di fronte ad un dilemma che, per le alternative che vede davanti a sé, le appare difficile da risolvere.

Parole chiave: costruttivismo, psicoterapia dei costrutti personali, prospettiva narrativo-ermeneutica, ruolo nucleare, percorsi di riconoscimento di sé.

The partial transcription of the first psychotherapeutic session with Laura gives me the opportunity to show how the case could be viewed according to narrative-hermeneutic psychotherapy, Italian elaboration of personal construct psychotherapy. The complaint seems to be linked to a change already happening in the way Laura tends to play a role in her relationships with others, a change that in the current circumstances of her love life confronts her with a dilemma that appears to be difficult to solve given the alternatives she sees.

Keywords: constructivism, personal construct psychotherapy, narrative-hermeneutic perspective, core role, paths of self-recognition.

Laura: il problema dichiarato, la domanda sottintesa

“Non ho molta voglia di fare l’amore”, dice Laura all’inizio del primo colloquio, usando evidentemente un eufemismo. E aggiunge: “Il mio problema è che dopo mi arrabbio tantissimo”. Con chi si arrabbia Laura? Forse non con il compagno, precisa spontaneamente (anche se “gli tengo il muso”), ma con sé stessa quando il compagno “ci prova”.

Ma subito dopo Laura, sempre spontaneamente (non su domanda del terapeuta), allarga il contesto temporale e relazionale del problema presentato costruendo non solo precedenti esperienze di coppia, ma anche alcune esperienze infantili con i genitori come simili a quella, attuale, appena descritta.

Il caso di Laura: una vita sospesa

La psicologia e la psicoterapia narrativo-ermeneutica (Chiari, 2016a, 2016b, 2017a; Chiari & Nuzzo, 2010) – elaborazione italiana¹ della teoria e della psicoterapia dei costrutti personali di George A. Kelly (Kelly, 1955; Maher, 1969; Winter & Reed, 2016) – è attenta ai modi in cui le persone creano i loro mondi personali organizzando in forma narrativa la costruzione della loro esperienza di relazione con l'ambiente che le circonda. Una particolare importanza rivestono le esperienze relazionali, in quanto considerate alla base della formazione dell'identità personale, in quanto ritenute inevitabilmente implicate nel disturbo (professionalmente inteso) che il cliente presenta, e, quindi, in quanto destinate a diventare l'oggetto principale di esplorazione, elaborazione e ricostruzione nel corso del processo terapeutico (Chiari, 2017b, 2017c). Verso tali esperienze lo psicoterapeuta cerca di dirigere la conversazione qualora il cliente presenti il problema che lo ha condotto a richiedere un aiuto in modi prevalentemente individuali (“soffro di attacchi di panico”, “sono depresso”, “mi sento insicuro”, e simili). Non è questo il caso di Laura, la quale mostra fin dall'inizio di considerare il problema che sottopone al terapeuta come una difficoltà che ha a che fare con la sua relazione con gli altri (o, per lo meno, con alcune altre persone). Ma in cosa consiste questa difficoltà? Come comprenderla, guardando il mondo interpersonale di Laura con i suoi occhi?

È importante sottolineare qui che lo psicoterapeuta narrativo-ermeneutico cerca di arrivare a una comprensione, e non a una descrizione o a una spiegazione. La descrizione, basata sull'osservazione di fatti concreti, è l'unica modalità di conoscenza ammessa dalla psicologia di impostazione comportamentista. La spiegazione, che ricorre all'inserimento di fattori che diano ragione della regolarità tra gli eventi osservati, è la principale modalità della psicologia cognitivista, delle terapie cognitivo-comportamentali e della psicoanalisi freudiana. La comprensione consiste invece nel cercare di cogliere empaticamente i significati che la persona attribuisce alle situazioni che vive, ed è la modalità principale della psichiatria fenomenologica, delle psicologie umanistico-esistenziali, e delle psicologie e psicoterapie che si rifanno ad una concezione costruttivista della conoscenza (cfr. Chiari, 2016c).

Di nuovo Laura ci aiuta, fornendo al terapeuta non solo un ventaglio di situazioni simili (dal suo punto di vista), ma anche le esperienze emozionali che le accompagnano. Quello che emerge fin dall'inizio del primo colloquio è una sorta di “complesso” che potremmo provvisoriamente descrivere come colpa – rabbia – rimorso. Laura si sente in colpa (per aver detto di no alle avances sessuali del fidanzato, per aver fatto male alla madre, per aver “combinato qualcosa” con i genitori; in generale, nelle sue parole, “quando l'altra persona mi dice, mi fa notare che ho fatto magari una cosa negativa, una cosa che fa male all'altra persona”). A questo punto si arrabbia (tiene il muso al fidanzato, rompe i funghi alla madre), per poi dispiacersi di essersi arrabbiata e magari chiedere scusa (cosa che fa solo da quando sta con il fidanzato; prima, dice, “lo sentivo giusto [...] e rimanevo su quella linea lì”), pur provando un dolore (espresso dal pianto) che però non può mostrare all'altro: lo deve nascondere, per non farlo stare “ancora più male”.

Altri due contenuti del frammento del primo colloquio mi sembrano degni di considerazione per una ulteriore comprensione del problema che Laura presenta.

Il primo riguarda il possibile ruolo che secondo Laura possono aver avuto le ripetute esperienze sessuali, all'epoca delle elementari, con un ragazzo di otto anni più grande di lei, e che lei subiva (“mi sentivo costretta a fare”). Ma è la stessa Laura a dubitare che quelle esperienze possano avere un valore causale rispetto al problema che più la tormenta, quel suo “carattere”, quel suo “modo di comportarsi” che aveva anche quando era più piccola. E quindi anche quelle esperienze, come quelle con i suoi tre precedenti “fidanzati”, diventano materiale validazionale, conferme del tipo di costruzione che Laura applica ad altre esperienze relazionali nelle quali si sente in colpa e si arrabbia (ed è “una cosa strana”, dice, una cosa che non comprende).

¹ Tra i diversi contributi segnalo Armezzani & Chiari, 2014a, 2014b, 2015; Buzzegoli, Piattoli, Sassi, & Timpano, 2018; Cipolletta, 2013; Cipolletta & Pruneddu, 2012; Ognibeni & Alfredetti, 2017; Ognibeni & Zoppi, 2015; Ortu & Petrolati, 2017.

Il secondo contenuto riguarda la figura dell'attuale fidanzato, Sandro (di gran lunga "il più importante" tra quelli che ha avuto), per come emerge dai riferimenti della cliente. Laura lo descrive come "parecchio paziente" rispetto alla sua riluttanza ad avere rapporti sessuali, ma nello stesso tempo il modo in cui ne parla permette di ipotizzare che non si senta compresa da lui. Sandro pensa che tale resistenza possa derivare dal desiderio di lei di "farlo in un altro modo" o "in un altro posto" (questo è "il massimo che ha fatto", sottolinea), sminuisce la sua sofferenza cercando di scoraggiarla dall'affrontare il problema con l'aiuto di una psicoterapia ("macché! Tu stai a guardare queste cose?"), le presenta le richieste di avere dei rapporti sessuali non come l'espressione di un desiderio, ma di un "bisogno" che si impone su una dichiarata, estrema disponibilità (altrimenti "per me si potrebbe anche non fare"), contribuendo a far sentire Laura colpevole anche di non soddisfare un'esigenza dell'altro e di conseguenza di farlo stare male.

A questi elementi se ne aggiunge un altro che rappresenta ai miei occhi la più convincente risposta alla domanda che il terapeuta pone più volte a Laura: "perché proprio ora ha pensato di chiedere un aiuto?". Verso la fine della trascrizione Laura parla della sua volontà di avere un figlio, e di come Sandro abbia recentemente utilizzato l'atteggiamento della compagna nei confronti della sessualità per insinuare dei dubbi sul suo reale desiderio di maternità ("Ti immagini se poi [...] dici no, non lo voglio più, lo do in adozione"), salvo poi ammettere di avere delle perplessità personali in proposito. Laura si aspettava un'altra risposta (del tipo "stai tranquilla, ora non è il momento, però"), e invece "sentirmi dire così mi ha bloccato e io, ora, non gliene parlerò mai". Ma è difficile pensare che Laura accetti di accantonare il problema. Il rapporto con Sandro è il più importante di tutti i rapporti che ha avuto; non lo vuole perdere, ma ipotizzo che non voglia nemmeno rischiare di scegliere di rinunciare ad avere da questa relazione ciò che sembra desiderare: una famiglia e dei figli.

Alla luce di questa iniziale comprensione, la domanda che Laura pone sembra essere, ad un più alto livello di astrazione, quella di potersi sentire libera di esprimere sé stessa (le sue esigenze, la sua volontà) nella relazione con l'altro, senza che l'altro... la rifiuti? la critichi? la ignori? (queste sono anticipazioni da esplorare nelle conversazioni successive) e la relazione ne risulti compromessa. La decisione di intraprendere una psicoterapia nonostante il parere contrario del fidanzato sembra una sperimentazione nella direzione di una affermazione della propria volontà, così come sembrano degli indizi di movimento nella stessa direzione i "no" che adesso riesce a dire diversamente dalle precedenti esperienze di coppia. La situazione di blocco che si è venuta a creare rispetto al progetto di avere un figlio sembra un passo più difficile da affrontare perché potrebbe portare Laura alla minacciosa decisione di interrompere la relazione con Sandro, o a quella di rinunciare alla maternità. Da qui, ipotizzo, la richiesta attuale di aiuto.

Comprensione di Laura come persona e relativa costruzione professionale

Lo psicoterapeuta narrativo-ermeneutico cerca di comprendere fin dalle prime interazioni con il cliente quali siano gli aspetti (i "costrutti personali") che caratterizzano maggiormente (in maniera ricorrente) il suo modo di mettersi in relazione con gli altri. Questi aspetti compongono quello che nella teoria dei costrutti personali viene definito *ruolo nucleare*, e sono strettamente in relazione con le esperienze emozionali della persona. Il termine "nucleare" sta infatti ad indicare la centralità di questi costrutti rispetto al mantenimento dell'identità e alla stessa conservazione della vita; il termine "ruolo" indica la loro natura essenzialmente relazionale. La possibilità di continuare a giocare il ruolo nucleare nella relazione con gli altri permette alla persona di sentire di avere un suo posto nel mondo sociale: di riconoscersi e di sentirsi riconosciuta.

Il ruolo nucleare di Laura sembra ruotare intorno ad una dimensione di "accudimento", inteso come un "prendersi cura" dell'altro, "fare del bene" all'altro, far sì che l'altro stia bene (lo si può evincere dal senso di colpa che prova quando scopre di potersi costruire sul polo di contrasto). È in questo modo che Laura anticipa la possibilità di avere una relazione con l'altro nella quale

Il caso di Laura: una vita sospesa

sentirsi accettata e riconosciuta. Ma un ruolo del genere ha dei “costi”. Più in generale, qualsiasi ruolo nucleare apre delle possibilità ma comporta sempre, al contempo, dei vincoli. Talvolta il bilancio costi/benefici, per così dire, è tale da mettere la persona di fronte ad un dilemma, alla necessità di scegliere tra due contrastanti soluzioni entrambe minacciose per le loro implicazioni. In questi casi spesso la scelta è quella di non scegliere, con la conseguenza di rimanere in una posizione di “stallo” che blocca i movimenti della persona, permettendole però di non mettere a repentaglio la propria narrazione e il proprio adattamento sociale. In questi casi si parla nell’ottica narrativo-ermeneutica di “disturbo” (cosa ben diversa dai disturbi psichiatricamente intesi), la cui presenza è il principale criterio di indicazione per una psicoterapia.

In cosa consiste il disturbo di Laura? Considerando il suo ruolo nucleare di accudimento, nella scelta di non scegliere tra l’esprimere ciò che pensa e desidera anticipando di fare del male (deludere, dispiacere, disturbare l’altro), allontanandosi dal suo ruolo e rischiando di perdere la relazione con l’altro e di rimanere sola; oppure nella scelta di accondiscendere alle aspettative e alle richieste dell’altro, “subendone” la volontà, e rinunciando a sé stessa. L’esperienza clinica guidata dalla teoria e ispirata dalle riflessioni di Ricoeur (2005) sul riconoscimento di sé mi ha permesso recentemente di descrivere quattro possibili percorsi evolutivi (Chiari, 2016a, 2016b, 2016c, 2017c) che si differenziano nei termini della reciprocità del riconoscimento intersoggettivo nella dialettica *caregiver*-bambino. Un ideale equilibrio intersoggettivo tra i poli estremi della “fusione” con l’altro e dell’“affermazione di sé nella solitudine” potrà favorire un percorso di riconoscimento completo nella forma dell’“accettazione”. Uno squilibrio tra gli stessi due poli canalizzerà dei percorsi di riconoscimento incompleto che sono stati descritti come aventi la forma della “fusione”, del “disprezzo” e della “negligenza”. In Laura sono riconoscibili aspetti che permettono di collocarla nella forma del disprezzo, caratterizzata da una tensione di base tra l’espressione di sé e la costrizione (la limitazione) di parti di sé nelle relazioni, e riconducibile ad esperienze precoci di invalidazione dei tentativi di giocare un ruolo con il *caregiver* primario. Ad un più alto livello di astrazione il disturbo assume l’aspetto di un dilemma tra l’affermazione di sé nella solitudine e l’annullamento di sé nella relazione.

Il comportamento che Laura considera “strano”, e che ho definito in precedenza come “complesso colpa – rabbia – rimorso”, diventa comprensibile alla luce del suo ruolo nucleare. Quando si sente dire (o ritiene) di aver fatto qualcosa di male a qualcuno, Laura si colloca sul polo di contrasto rispetto a quello di persona che cerca di far star bene gli altri. La consapevolezza di aver perso il suo ruolo nucleare (che, nei termini della teoria dei costrutti personali, corrisponde ad una transizione di colpa) comporta l’anticipazione dell’impossibilità di mantenere un adattamento sociale e di conservare un’identità. Per evitare tale minaccia Laura fa ricorso ad un’altra transizione: l’ostilità. In parole povere, l’ostilità consiste nel tentativo della persona di alterare le circostanze nel momento in cui non può permettersi di cambiare la sua visione delle stesse: nel caso di Laura, nel considerare l’altro responsabile e sé stessa vittima di quanto accaduto. In questo modo, se non altro può salvare la sua identità. Ma il suo stesso comportamento ostile può diventare ai suoi occhi fonte di sofferenza per l’altro (si “rende conto” che l’altro ci rimane male), e la colpa riaffiora (prova rimorso). A questo punto, per recuperare la relazione, desiste dal tentativo di affermare sé stessa e accetta di conformarsi alle richieste dell’altro.

Un possibile percorso con Laura

Quanto detto finora può far pensare che lo psicoterapeuta narrativo-ermeneutico possa arrivare ad avere delle esperienze di Laura (dei clienti in generale) una comprensione maggiore di quella della stessa Laura, che afferma di non capire certi aspetti del suo comportamento. Il punto è che tale comprensione deriva dalla scelta di adottare come criterio ordinatore l’anticipazione che è implicata nella costruzione personale dell’esperienza: nel caso in questione, ad esempio, se Laura costruisce l’accettazione degli altri come permessa solo dal soddisfacimento delle loro

esigenze, anticiperà anche che sarà rifiutata se eviterà di farlo. Tale criterio ordinatore non viene considerato il migliore né tanto meno l'unico: è quello adottato dalla teoria dei costrutti personali, che vuole essere una teoria sulle persone considerate come agenti sulla base di teorie personali.

Ciò chiarito, una prima fase del processo terapeutico potrebbe consistere nel favorire un'elaborazione a partire dall'aspettativa nei confronti della psicoterapia che Laura rivela proprio al termine della trascrizione: "mi sento che c'ho un qualcosa che, devo cambiare, migliorare, devo, fare diversamente". In cosa potrebbe consistere questo "fare diversamente" da ciò che sembra caratterizzare da molto tempo la vita relazionale di Laura ("anche quando ero piccina ero così")? Questo suo proposito, anche se espresso in modi imperativi ("devo" e non "voglio", a sottolineare un'esigenza che ritiene difficile da soddisfare) potrebbe rivelarsi una percorribile via di accesso ad una maggiore comprensione del suo ruolo nucleare da parte di Laura.

La sua prima risposta prevede che riguarderebbe la possibilità di non arrabbiarsi quando ritiene di aver fatto del male a qualcuno. Ma una legittimazione di questa "rabbia" ("se si arrabbia, un motivo per lei valido ci sarà!"), potrebbe insinuare lo psicoterapeuta potrebbe portare a mettere in luce gli sforzi che Laura fa per accontentare gli altri, e la frustrazione che prova quando questi sforzi le appaiono invalidati. "E perché sente di dover fare questi sforzi?", "e quali sono i costi di questi sforzi?", "e come può essere nata in lei questa idea?", sono altre domande-tipo da inserire nella conversazione e che potrebbero rendere Laura sempre più consapevole della "camicia di forza" relazionale che sente di dover indossare, nella speranza (che spesso si rivela vana) di essere accettata in quanto non malefica (e magari benevola), e nella rinuncia (dolorosa) alla libertà di espressione di sé.

Questa consapevolezza non è fine a sé stessa. È finalizzata ad aprire la conversazione terapeutica a nuove domande sulla possibilità di immaginare, e sperimentare, modi alternativi di giocare un ruolo nella relazione con gli altri: possibilità che non può che passare attraverso una maggiore consapevolezza dei modi in cui gli altri vengono da lei costruiti, per poi sollevare dei dubbi sulla indiscutibilità di tali costruzioni. Un compito, questo, che può essere favorito dall'invito a considerare gli altri come persone diverse l'una dall'altra anziché come figure indistinte. Nella misura in cui le nostre azioni sono basate sulle anticipazioni connesse alla costruzione della nostra esperienza, a mano a mano che le nostre costruzioni degli altri cambiano cambia anche il nostro modo di metterci in relazione con loro.

Proprio questo modo di concepire la socialità nella teoria dei costrutti personali permette di considerare la relazione che si viene a creare tra il terapeuta e il cliente come, potenzialmente, potentemente terapeutica. Tornando a Laura, possiamo facilmente aspettarci che cerchi di costruire il terapeuta nei modi che le sono più familiari. Al di là delle specifiche pre-costruzioni che può avere della figura di uno psicoterapeuta, prevarranno gli aspetti riconducibili al suo ruolo nucleare. Per essere accettata tenderà a mostrarsi come una "brava paziente", puntuale agli appuntamenti, disponibile a rispondere alle domande, persino premurosa; ma nello stesso tempo sarà pronta a difendere la sua identità qualora si sentisse considerata in qualche modo "inadempiente".

Per evitare di colludere con il cliente rispetto a tali aspettative e di porsi nello stesso tempo in contrasto con le stesse, lo psicoterapeuta narrativo-ermeneutico mantiene una costante attenzione alla costruzione del transfert (si chiede, cioè, come il cliente lo stia costruendo). In tal modo può cercare di "sottrarsi" al ruolo che il cliente cercherà di giocare, e di porsi in una posizione che possa apparirgli ortogonale; tale, cioè, da richiedere la ricerca di nuove costruzioni dell'altro. Nella relazione con Laura il terapeuta starà attento a non mostrare di gradire la sua disponibilità, ma anche a non apparire contrariato per delle sue "manchevolezze". Nel primo caso, la relazione con il terapeuta non farebbe altro che riproporre a Laura il tipo di relazioni che cerca di costruire nella sua vita sociale ordinaria; nel secondo, la "rabbia" potrebbe forse essere agitata con la decisione di interrompere la terapia. Ma, oltre a questo, il terapeuta dovrebbe guardarsi anche da un altro pericolo: quello di mostrare una comprensione che Laura possa scambiare

per approvazione. Laura potrebbe sentire di aver trovato finalmente una persona che, in quanto la comprende, è pronta ad accettarla incondizionatamente. Ma il terapeuta resterebbe ai suoi occhi una “mosca bianca”, mentre il rapporto con “gli altri” resterebbe invariato. La relazione vedrebbe vanificato il suo valore terapeutico, pur rischiando di apparire agli occhi dello psicoterapeuta una “buona relazione”. Un’esperienza relazionale diversa per Laura potrebbe essere permessa dalla possibilità di arrivare a costruire il terapeuta come una persona interessata, sì, a lei, ma senza che la comprensione possa assumere per lei il significato di un’approvazione che garantisca la relazione, o il disaccordo quello di una disapprovazione incompatibile con la stessa.

Riferimenti bibliografici

- Armezzani, M., & Chiari, G. (2014a). Ideas for a phenomenological interpretation and elaboration of personal construct theory. Part 1. Kelly between constructivism and phenomenology. *Costruttivismi*, 1, 136-149. doi:10.23826/2014.02.136.149 (tr. it. Idee per una interpretazione ed una elaborazione fenomenologica della teoria dei costrutti personali. Parte 1a. Kelly tra costruttivismo e fenomenologia. *Costruttivismi*, 2014, 1, 122-135. doi:10.23826/2014.02.122.135)
- Armezzani, M., & Chiari, G. (2014b). Ideas for a phenomenological interpretation and elaboration of personal construct theory. Part 2. Husserl and Kelly: A case of commonality. *Costruttivismi*, 1, 168-185. doi:10.23826/2014.02.168.185 (tr. it. Idee per una interpretazione ed una elaborazione fenomenologica della teoria dei costrutti personali. Parte 2a. Husserl e Kelly: un caso di comunanza. *Costruttivismi*, 2014, 1, 150-167. doi:10.23826/2014.02.150.167)
- Armezzani, M., & Chiari, G. (2015). Ideas for a phenomenological interpretation and elaboration of personal construct theory. Part 3. Clinic, psychotherapy, research. *Costruttivismi*, 2, 58-77. doi:10.23826/2015.01.058.077 (tr. it. Idee per una interpretazione ed una elaborazione fenomenologica della teoria dei costrutti personali. Parte 3a. Clinica, psicoterapia, ricerca. *Costruttivismi*, 2015, 2, 38-57. doi:10.23826/2015.01.038.057)
- Buzzegoli, K., Piattoli, A., Sassi, C., & Timpano, M. (2018). Psychotherapy training process as a group experience: A hermeneutic constructivist perspective. *Journal of Constructivist Psychology*, 31(2), 130-147. doi:10.1080/10720537.2016.1271377
- Chiari, G. (2016a). A narrative hermeneutic approach to personal construct psychotherapy. In D. Winter & N. Reed (Eds.), *The Wiley handbook of personal construct psychology* (pp. 241-253). London, England: Wiley-Blackwell.
- Chiari, G. (2016b). Hermeneutic constructivist psychotherapy: A narrative elaboration of George A. Kelly’s ideas. *Costruttivismi*, 3, 148-172. doi:10.23826/2016.01.148.172 (tr. it.: La psicoterapia costruttivista ermeneutica: un’elaborazione in chiave narrativa delle idee di George A. Kelly. *Costruttivismi*, 2016, 3, 14-39. doi:10.23826/2016.01.014.039)
- Chiari, G. (2016c). *Il costruttivismo in psicologia e in psicoterapia. Il caleidoscopio della conoscenza*. Milano: Raffaello Cortina.
- Chiari, G. (2017a). Recent advances in personal construct psychotherapy. *Personal Construct Theory & Practice*, 14, 15-24.
- Chiari, G. (2017b). Highlighting intersubjectivity and recognition in Kelly's sketchy view of personal identity. In D. Winter, P. Cummins, H. Procter, & N. Reed (Eds.), *Personal construct psychology at 60: Papers from the 21st International Congress* (pp. 54-67). Newcastle upon Tyne, England: Cambridge Scholars Publishing.
- Chiari, G. (2017c). Uncompleted intersubjective recognition as the basis for the development of personal disorders. In D. Winter, P. Cummins, H. Procter, & N. Reed (Eds.), *Personal construct psychology at 60: Papers from the 21st International Congress* (pp. 180-193). Newcastle upon Tyne, England: Cambridge Scholars Publishing.

- Chiari, G., & Nuzzo, M. L. (2010). *Constructivist psychotherapy: A narrative hermeneutic approach*. London, England: Routledge.
- Cipolletta, S. (2013). Construing in action: Experiencing embodiment. *Journal of Constructivist Psychology, 26*, 293-305.
- Cipolletta, S., & Pruneddu, A. (2012). Cancer as a personal construing: A qualitative research. In M. Giliberto, C. Dell'Aversano, & F. Velicogna (Eds.), *PCP and constructivism: Ways of working, learning and living*. Firenze, Italy: Libri Liberi.
- Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs* (Vols. 2). New York, NY: Norton. (tr. it. parz. *La psicologia dei costrutti personali. Teoria e personalità*. Milano: Cortina, 2004)
- Maher, B. (Ed.) (1969). *Clinical psychology and personality: The selected papers of George Kelly*. New York, NY: Wiley.
- Ognibeni, M., & Alfredetti, M. (2017). Reconstructing geographies and stories: The path of personal construct theory in the individual and cultural experience of its followers. *Costruttivismi, 4*, 67-83. (tr. it. Ricostruire geografie e storie: il percorso della teoria dei costrutti personali nell'esperienza individuale e culturale dei suoi sostenitori. *Costruttivismi, 2017, 4*, 50-66) doi: 10.23826/2017.01.067.083
- Ognibeni, M., & Zoppi, O. (2015). ROLE and dependency roles. *Costruttivismi, 2*, 206-216. (tr. it. Il RUOLO e i ruoli di dipendenza. *Costruttivismi, 2015, 2*, 194-205) doi: 10.23826/2015.02.206.216
- Ortu, M. C., & Petrolati, A. (2017). Glass souls: The importance of the other's view in the process of self-recognition. *Personal Construct Theory & Practice, 14*, 129-136.
- Ricoeur, P. (2005). *Percorsi del riconoscimento*. Milano: Raffaello Cortina. (ed. or. *Parcours de la reconnaissance. Trois études*. Paris: Stock, 2004)
- Winter, D. A., & Reed, N. (Eds.). (2016). *The Wiley handbook of personal construct psychology*. Chichester, West Sussex, England: Wiley Blackwell.

L'Autore

Gabriele Chiari, medico psicoterapeuta, è Co-Direttore e Didatta della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia cognitiva ad orientamento costruttivista del CESIPc di Firenze, e Presidente dell'Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista, AIPPC. Ha introdotto la teoria dei costrutti personali in Italia ai primi anni '80 e da allora ha formato circa duecento psicoterapeuti e ha contribuito alla diffusione delle idee di Kelly nel mondo accademico avendo insegnato per otto anni Psicodiagnostica e Psicologia clinica come professore a contratto presso la Facoltà di Psicologia dell'Università degli Studi di Firenze. Membro del comitato editoriale del *Journal of Constructivist Psychology* e di *Personal Construct Theory & Practice* e dello *Steering Committee* della *George Kelly Society*, ha pubblicato numerosi articoli e capitoli sull'epistemologia, la teoria e la pratica costruttivista, e sull'elaborazione in chiave fenomenologico-ermeneutica della teoria dei costrutti personali. Il suo ultimo libro in italiano è *Il costruttivismo in psicologia e in psicoterapia. Il caleidoscopio della conoscenza*, pubblicato da Raffaello Cortina nel 2016.

Email: mail@gabrielechiari.it



Citazione (APA)

Chiari, G. (2018). Il caso di Laura: una vita sospesa. *Costruttivismi, 5*, 14-20. doi: 10.23826/2018.01.014.020