

RICERCA E FORMAZIONE

GMC- Genogramma Mobile per Coppie: un nuovo strumento per la terapia di coppia

Maurizio Coletti, Angela Viscosi***

Abstract

Gli autori offrono una descrizione accurata del GMC - Genogramma mobile per coppie, strumento innovativo per il lavoro terapeutico nelle sedute di coppia. Lo strumento trae ispirazione dal genogramma classico ed esplora l'influenza e l'eredità che le rispettive famiglie d'origine imprimono nella coppia. La storia prende vita su un tableau attraverso l'uso di piccoli personaggi di legno mobili. La manualità e il "mettere le mani nella propria storia" consente la trasposizione delle dinamiche familiari all'esterno, rendendole visibili sul piano che rappresenta lo spazio della famiglia, fornendo contemporaneamente informazioni in merito alle dinamiche che caratterizzano l'incastro di coppia. Le trame e i racconti che negli anni si sono sviluppati, sprigionando tutta la loro densità emotiva, sono racchiusi in un'immagine finale, che cattura tutto il racconto dispiegatosi nel corso dell'incontro per immortalare "l'ultima famiglia", quella che il narratore porta dentro di sé, su cui si è concesso di far luce e chiarezza, alla luce delle difficoltà sperimentate dalla coppia.

*Dott. Maurizio Coletti psicologo, psicoterapeuta, Presidente e Didatta dell'Istituto Europeo di Formazione e Consulenza Sistemica.

** Dott.ssa Angela Viscosi psicologa, psicoterapeuta, allieva- didatta presso IEFCoS.

Abstract

The authors offer an accurate description of MGC – Mobile Genogram for couple, an innovative instrument for the therapeutic work in the couple's session. The instrument takes its inspiration for the classic genogram and explores the influence and inheritance that the origin's family imprints on the couple. The story comes alive on a tableau through the use of small, mobile, wooden characters. The manual skill and “put the hands on its own story” allows an external transposition of the family dynamics, make them visible on the level that represents the family's space, and giving at the same time information regarding to the dynamics that characterize the stuck of the couple. The plot and the facts developed during these years, emanating all their emotional density, they are held into a final image, that captures all the story narrated during the session in order to eternalize “the last family”, the one that the narrator brings inside him and on which he wants to discover more, in light of the difficulties of the couple

INTRODUZIONE

Il *Genogramma Mobile per Coppie* (GMC©), nasce dall'idea di Maurizio Coletti, il quale sperimenta lo strumento nella pratica clinica per esplorare le disarmonie coniugali legate alla storia delle Famiglie d'Origine e le problematiche di coppia. Nel 2015 il gruppo di lavoro diretto da Maurizio Coletti, al quale hanno preso parte F. Alberti, E. Bellucci, C. Patruno e A. Viscosi, struttura un protocollo al fine di condividere l'utilizzo dello strumento all'interno della terapia di coppia. Lo strumento permette di introdurre, in una forma dinamica e semplice, la storia delle famiglie di origine di ciascun partner, come aspetto fondante della costituzione della coppia coniugale. Una prima descrizione approfondita dello strumento viene presentata al pubblico sulla rivista *Psicobiettivo* con l'articolo *Coppie e famiglie di origine genogramma mobile per coppie (GMC ©). Un metodo esplorativo e terapeutico*, dagli autori sopra citati. L'intero hardware è coperto da copy right, ad ogni set è attribuito un codice nominativo e l'elenco dei professionisti accreditati è disponibile sul sito <http://gmc-mgc.com/corso-di-formazione-allutilizzo-del-gmc/professionisti-accreditati/>. L'hardware di ogni set del GMC è composto da due tableau di legno, di forma quadrata, rappresentanti lo spazio interno ed esterno alla famiglia d'origine. Su ognuno dei due tableau prende vita la storia di ciascun partner, rappresentata da piccoli personaggi di legno. Ogni narratore ha a disposizione 24 personaggi (il set si compone di n.48 figure totali), differenti per forma (maschi e femmine), colore (giallo, blu, rosso e verde) e dimensione (grandi, medi, piccoli). In modo particolare, per ogni colore (giallo e blu, rosso e verde) il set si compone di: 2 personaggi maschi grandi, 2 personaggi femmine grandi, due personaggi maschi medi, 2 personaggi femmine medie, 2 personaggi maschi piccoli, 2 personaggi femmine piccoli e 2 oggetti multi funzione. Gli autori propongono l'utilizzo dello strumento in una fase della terapia di coppia in cui il livello di conflittualità si sia significativamente abbassato, al fine di evitare interferenze con la narrazione delle storie di ognuno rispetto alla propria FDO.

Il protocollo si sviluppa in tre incontri, della durata dai 60 ai 90 minuti. Nei primi due incontri i partner narrano, a turno la propria storia, nel terzo incontro, di restituzione, il Terapeuta ricostruisce con loro i nodi significativi e le risorse ereditate dalle rispettive FDO. Attraverso l'utilizzo del GMC ogni membro della

coppia diventa, a turno, narratore, costruttore e osservatore mentre rivive la propria storia, contestualmente l'altro partner ascolta, osserva e dona un senso nuovo alle dinamiche relazionali presenti nella FDO del partner narrante. Esistono numerosi metodi per lavorare sulle famiglie di origine (Mc Goldrick et al. 2008; Caillé 2007; Onnis 2012; Montagnano, Pazzagli 2012) che ricorrono all'uso del genogramma classico. La particolarità innovativa del GMC, secondo gli autori, sta nell'introduzione della "quarta dimensione". Tale innovazione permette a chi sta raccontando di rappresentare su un tableau la sua FDO assumendo una prospettiva "altra", nuova.

"Come nella vita, così anche nel tableau, le dinamiche relazionali tra le persone si evolvono, passando attraverso fasi di vicinanza, conflitto e riavvicinamento; sentitevi quindi liberi di modificare la posizione dei personaggi sul tableau durante la vostra narrazione" (Coletti 2016).

CASO CLINICO

Catia e Alberto si presentano presso lo studio per una terapia di coppia. Entrambi hanno 35 anni, stanno insieme da sei anni e convivono da tre. In prima seduta emerge un forte grado di conflittualità tra i due, che non sembra diminuire nelle sedute successive, la comunicazione tra di loro non funziona affatto, c'è molto risentimento da entrambe le parti e questo gli impedisce di capirsi. Dopo 5 sedute, constatando una riduzione del livello di conflittualità, il terapeuta decide di utilizzare il GMC, per approfondire il contesto delle dinamiche relazionali di carattere familiare all'interno del quale sono reciprocamente cresciuti, per capire poi come la fusione di queste due culture abbia o meno funzionato nel creare una epistemologia di coppia condivisa tra di loro.

Il terapeuta illustra alla coppia lo strumento, specificando che verrà utilizzato nelle tre sedute successive; la prima seduta sarà dedicata alla storia del primo partner, si chiede pertanto all'altro partner di ascoltare la narrazione senza intervenire, viceversa nella seduta successiva. La terza seduta è dedicata alla restituzione, il terapeuta ricomponi sul tableau, predisponendo i personaggi così come erano stati lasciati, entrambe le storie familiari, offrendo loro una panoramica sull'eredità che ognuno di loro ha avuto in dono dalla famiglia d'origine e che riversa nella coppia attuale.

La storia di Catia¹

La prima ad iniziare è Catia, racconta di essere originaria della Sicilia. I nonni paterni sono state figure importanti per lei e suo fratello, si sono presi cura di loro mentre i genitori erano impegnati con l'attività lavorativa che li teneva fuori per gran parte della giornata. I nonni materni vivevano dalla parte opposta della regione ed erano, quindi, molto meno presenti.

Immediatamente Catia colloca sul tableau se stessa più vicina ai nonni che ai genitori, il fratello (Alberto) invece viene collocato vicino ai genitori. Sollecitata risponde dicendo che mentre per lei i nonni erano stati i capisaldi della sua crescita, il fratello aveva sempre molto sofferto per la mancanza dei genitori e, appena finito il liceo aveva deciso di andare a lavorare con loro nell'attività di famiglia.

In quegli anni si era consumata una sorta di rottura non esplicitata tra Catia e la sua famiglia, la sua scelta di venire a Roma per studiare architettura era stata vissuta come un tradimento. A questo punto Catia allontana ulteriormente il pupazzetto raffigurante se stessa, la sua espressione rivela angoscia e dispiacere che però vengono rapidamente tramutati in rabbia. Da quel momento Catia racconta di essersi sentita sempre più "romana", la vita nella capitale le piaceva molto e ha cominciato a diradare sempre più le occasioni in cui tornava dalla sua famiglia. Catia definisce il rapporto con i genitori come "congelato", in particolare con suo padre, persona taciturna, con il quale, dall'adolescenza non parla quasi più. Catia ricollega la "spigolosità" che da sempre caratterizza il padre, come un elemento da attribuire all'infanzia dell'uomo, piena di difficoltà e sacrifici. I nonni paterni, tanto presenti con i nipoti, lo erano stati meno con il figlio, a causa di problematiche economiche. Sua mamma invece, era sempre stata più affettiva nei suoi confronti. Alberto, più simile al padre, si è sposato in Sicilia ed ha avuto due figli. La disposizione con la quale Catia conclude la sua seduta di GMC mostra lei da una parte e la sua famiglia dall'altra, con il personaggio raffigurante la madre che guarda nella sua direzione, mentre il padre è collocato di spalle.

¹ Nel rispetto delle norme sulla privacy, sono stati alterati i nomi ed alcune informazioni non essenziali, al fine di rendere non riconoscibili i soggetti citati.

La storia di Alberto

Alberto è originario di Roma, ha una sorella di un anno più piccola di lui che adora e proviene da una famiglia molto estesa, nella quale ogni occasione è buona per far festa insieme. E' una famiglia molto unita, vivono tutti piuttosto vicini, in una serie di case costruite dal nonno materno (definito da Alberto "il mitico nonno Pino"), identificato come il patriarca di questa grande famiglia allargata. Tutta la famiglia, come il nonno, lavora nel campo dell'edilizia e sulle sue orme, anche Alberto ha studiato ingegneria, come la madre. Il padre invece ha sempre fatto l'insegnante di storia, non entrando mai negli affari della famiglia. L'uomo è originario delle Marche, figlio di contadini che avevano a cuore l'istruzione del figlio e che l'hanno spronato ad iscriversi all'università nella Capitale. Alberto non ha molti ricordi dei nonni paterni, se non relativi a brevi vacanze estive. Mentre descrive la sua famiglia Alberto dispone con cura i personaggi sul tableau e la storia familiare comincia a prendere vita, Alberto decide di inserire all'interno dello spazio anche gli zii e i nonni, definendoli sempre presenti e fondamentali. Si configura un gruppo numeroso di personaggi, molto vicini tra loro. Alberto dispone la madre vicina al marito e al nonno, ponendo se stesso e la sorella poco più avanti. Alberto parla con grande enfasi di Francesca, sorella tanto amata, con la quale ha condiviso tutta la sua infanzia ed l'adolescenza. I suoi genitori in modo da mandarli in classe insieme nonostante un anno di differenza tra i due. Mentre Alberto parla di sua sorella, Catia sbuffa, commentando tra i denti l'invadenza di Francesca nella loro vita di coppia. Alberto assume un'espressione del volto contrariata, il terapeuta interviene chiedendo a Catia di rimanere in silenzio, come concordato nella fase iniziale. Alberto ritiene che la famiglia significhi tutto, nel suo caso è amore, amicizia, divertimento e perfino il lavoro.

Il suo sogno sarebbe quello di fare una famiglia con Catia, ma ad oggi è molto preoccupato perché vede che Catia accumula sempre più livore nei confronti dei membri della sua famiglia (in particolare verso sua mamma e sua sorella) e lui non riesce veramente a comprenderne il motivo in quanto a suo dire Catia è stata accolta come una figlia da tutti e come tale è stata trattata. A questo punto Catia esplose in uno scatto di ira che si conclude con un pianto nervoso, durante il suo sfogo dice che la famiglia di Alberto l'ha sempre schiacciata e che

tutte le cose belle che decanta Alberto finiscono nell'istante in cui non si è completamente d'accordo con quello che lei definisce il regolamento della sua famiglia. Alberto sembra non capire quello di cui parla Catia e la seduta si conclude con loro due che se ne vanno piuttosto tesi.

Il terzo incontro: restituzione

Durante il terzo incontro Catia e Alberto si trovano di fronte ai due tableau, con i personaggi disposti così come erano stati lasciati durante il racconto di entrambe le storie familiari. Il terapeuta ringrazia entrambi per il coraggio e la generosità con cui hanno ricostruito e narrato le proprie storie.

Il terapeuta evidenzia come la coppia si fondi sull'amore e sul riconoscimento del valore della diversità, potente ingrediente delle loro storie, Catia così avvezzata alla gestione delle distanze e Alberto così abituato a non crearle.

Catia così indipendente, pronta a lasciare la sua terra natale per affrontare il mondo e costruire la sua storia; Alberto, così legato ai luoghi della sua vita dai quali trae energia per costruire il suo futuro. Dall'incontro delle diverse sfumature, quali l'intraprendenza e la costanza, è nata una bella storia, che ha nella mancanza di consapevolezza delle proprie radici uno dei pochi rischi di fallimento.

“Mettere le mani nelle loro storie” attraverso la narrazione e l'ascolto ha permesso di comprendere ed integrare il vissuto dell'altro. Alberto ascoltando la storia di Catia, ha imparato a dare un senso ai comportamenti di quest'ultima ed al senso di soffocamento da lei espresso, lo stesso riproposto anche da suo padre, comprendendo la sua difficoltà ad inserirsi in un contesto di regole precostituito. Allo stesso modo, la dolcezza e il senso di sicurezza che Catia riconosce ad Alberto sono il frutto di uno sviluppo avvenuto all'interno di un contesto iperprotetto, che lo ha molto rinforzato sul piano dell'autostima ma al contempo lo ha reso molto legato alla FDO.

La messa in luce dei punti di forza e di debolezza dei loro sistemi familiari di riferimento può rendere possibile il superamento della situazione di stallo, ridimensionando il risentimento che si è creato nella coppia, dando un nuovo senso al vissuto reciproco di incomprensione e all'idea che il proprio modello familiare di origine sia migliore di quello dell'altro.



ATTRAVERSO I PERSONAGGI PRENDE VITA LA STORIA DEL NARRATORE

L'utilizzo dello strumento GMC consente, come definito dagli autori, di “mettere le mani nella storia”, introducendo un livello pratico a quello narrativo, già presente nel genogramma classico. “Spesso accade che le mani sappiano svelare un segreto intorno a cui l'intelletto si affanna inutilmente” scriveva Jung nel 1957; attraverso lo strumento GMC la narrazione della storia familiare prende vita con la manipolazione di piccoli personaggi di legno collocati sul tableau, che rappresenta lo spazio della famiglia d'origine. Questa manualità, concedersi di toccare e muovere i personaggi, consente la trasposizione, dal mondo interno al mondo esterno, della rappresentazione della propria famiglia. L'uso dei personaggi consente la reificazione del proprio racconto, riprodotto e condiviso con l'altro partner e con il terapeuta all'interno della relazione terapeutica di coppia. La narrazione della storia familiare viene messa in scena, divenendo udibile e osservabile, e fornisce al terapeuta la possibilità di poter lavorare per immagini. L'esperienza ludica offerta dall'uso del GMC è essenziale, “Se il paziente non è in grado di giocare, allora c'è bisogno di fare qualcosa per mettere il paziente in condizioni di diventare capace di giocare [...] mentre gioca il paziente è creativo” scriveva Winnicott nel 1971.

Concedersi di “giocare” con la propria storia, esplorandola da un nuovo punto di vista, in un tempo “altro” e in uno spazio protetto, consente al terapeuta

e alla coppia di co-costruire una riflessione sul bagaglio che ognuno ha ereditato dalla propria FDO. Il quadro che scaturisce dal gioco, per certi versi, rievoca l'utilizzo della casetta nella terapia con i bambini; i quali, attraverso l'uso di personaggi "altri", riescono a esprimere le loro paure e raccontare quanto sembrava impossibile dire a parole.

La manualità e la trasposizione del mondo interno nel mondo esterno, ricordano l'uso della Sand Play Therapy. Gli oggetti e i personaggi utilizzati sulla sabbiera acquisiscono significato e voce una volta posti sul piano, le mani fungono da strumento di trasformazione dell'inconscio. La sabbiera rappresenta il campo di rappresentazione del conflitto inconscio per "il giocatore".

Nel GMC ritroviamo l'aspetto della manualità e del raccontarsi giocando, ma il tableau si differenzia dalla sabbiera proponendosi come lo spazio che accoglie le relazioni familiari, svelandone i confini e le dinamiche di distanza e vicinanza.

Mettere in scena la propria famiglia d'origine sullo spazio del tableau, concedersi di raccontare e raccontarsi, consente al narratore di essere attore, regista e spettatore della propria storia. Le dinamiche relazionali, le esperienze e i vissuti di vicinanza/distanza, eventuali separazioni dolorose e gli eventi paranormativi vengono riproposti e rivissuti attraverso la disposizione dei personaggi sul tableau. Attingere ai ricordi, ricontattare le emozioni e i vissuti della propria infanzia, verbalizzare all'altro la propria storia e, muovendo i personaggi, riviverla nel "qui ed ora" della stanza di terapia, consente contemporaneamente al narratore di rielaborarla e "dare un senso", assumendo un'altra prospettiva e a tutti i presenti (terapeuta, partner ascoltatore e partner narratore) di acquisire maggiori informazioni sull'incastro della coppia.

Ci piace pensare che la manipolazione dei personaggi, le forme e i colori, fungano da chiave per entrare in quella che abbiamo già indicato come la "quarta dimensione", elemento che differenzia, a parere degli autori, il GMC dall'uso del genogramma. Tornare indietro nel tempo, riavvolgere il nastro della propria storia familiare e provare a riprodurlo "dal vivo", servendosi di piccoli pupazzetti di legno, in qualche modo consente di dare forma al passato, di ricontattare la "parte bambina" presente in ognuno di noi e autorizzarla a "giocare" nel presente,

per dare un senso al futuro e alla influenza che il passato “ereditato” continua a riverberare nella relazione con il partner attuale.

RIVEDO LA “MIA” STORIA, VEDO LA “NOSTRA” STORIA

Come da protocollo, al termine di ciascuna delle sedute in cui ognuno dei partner racconta la sua storia, il terapeuta immortalava il tableau con uno scatto fotografico, al fine di riprodurre fedelmente la rappresentazione finale con cui ciascun partner ha terminato il proprio racconto. Queste fotografie hanno un unico scopo per il terapeuta, in realtà molto pratico, ma nel corso delle somministrazioni ci hanno permesso di sviluppare alcune riflessioni e ci siamo accorti che significano molto di più.

Se intendiamo la fotografia come *sollecitazione di memoria, come recupero del tempo, come specchio in cui guardarsi e controllarsi* (Marra C., 1980), riusciamo a cogliere il vissuto che i partner sperimenteranno nel momento in cui visualizzeranno i tableau vicini. I personaggi di legno, senza i volti dei loro familiari, li rappresentano in quel momento, e per i pazienti è un po' come prendere contatto con quella visione per la prima volta. Lo strumento del GMC permette, in questa fase, un po' come una macchina fotografica *di effettuare un collegamento col mondo esterno, di fissare un oggetto o un rapporto con l'oggetto, e trattenerlo mediante un meccanismo d'introiezione, o incorporazione*, nello specifico questo avviene con la propria famiglia, che nel corso del racconto si materializza e diventa visibile (Servadio E., 1977). Le trame e i racconti che negli anni si sono sviluppati, eventi piacevoli e dolorosi che li hanno visti coinvolti, i conflitti, le riappacificazioni, le vicinanze desiderate e gli equilibri conquistati rivivono sul tableau, sprigionando tutta la loro densità emotiva. Tutto questo racchiuso in un'immagine finale, che cattura tutto il racconto dispiegatosi nel corso dell'incontro per immortalare “l'ultima famiglia”, quella che il narratore porta dentro di sé, su cui si è concesso di far luce e chiarezza e con cui, a quel punto, prende contatto. Si può dire senza dubbio che quello è un momento rivelatore per i partner, in cui ri-conoscono le loro famiglie, preparandosi al passaggio ad un livello successivo che svelerà per loro l'incastro della coppia. Quello che vale per una semplice fotografia è ancor più vero per i partner in terza seduta, questa immagine con cui prendono contatto nutre in se una «profondità abitata», ovvero

in essa vi sono storie, memorie ed emozioni che costituiscono quel contenuto latente che si cela in profondità e che può essere colto solo se si è in grado di attraversare con lo sguardo i vari strati che compongono quell'immagine.

A questo punto viene da chiedersi quali siano le reazioni ed i pensieri che scaturiscono da questo insight, quali emozioni si sviluppano per i partner, quanto sono pronti ad accoglierle e quanto, invece, si difenderanno da essi? Attraverso lo strumento si sono concessi di rivivere le loro storie e, toccando i personaggi, di accarezzarle e renderle accettabili; sono pronti ad integrarle, a riconoscere le ragioni per cui si sono cercati e le modalità su cui si sono accomodati?

Questo momento del protocollo deve essere condotto con estrema cautela, nel rispetto di tutti gli interrogativi, le paure ed i meccanismi difensivi che i partner metteranno in atto. Per questo motivo risulta essenziale ritornare sul tema delle famiglie di origine più volte nel corso della psicoterapia, saranno i pazienti stessi a farlo e richiederlo, per chiarire dei punti, per fissare dei passaggi che a primo impatto risultano difficili "da digerire" e per rendere quell'esperienza dura e dolce allo stesso tempo.

CONCLUSIONI

L'utilizzo dello strumento GMC risulta innovativo nella pratica clinica con le coppie. Esplorare la storia delle Famiglie di Origine di entrambi i partner attraverso l'ausilio dei piccoli personaggi di legno permette ad ognuno dei membri della coppia di essere contestualmente, come sopra già indicato, narratore, regista e attore, offrendo la possibilità ad ognuno di individuare la portata del bagaglio ereditato dalla propria FDO e riportato nella coppia attuale. Pertanto, il GMC può essere considerato uno strumento dalla valenza terapeutica ma non diagnostica. Il protocollo, grazie all'aspetto ludico e al coinvolgimento dato da quello che gli autori chiamano "mettere le mani nella storia", sollecita interesse e curiosità nelle coppie a cui viene proposto. Ad oggi lo strumento GMC è stato presentato in numerosi convegni. Inoltre, si tengono a Roma, presso l'Istituto IEFCoS, corsi che accreditano all'uso del GMC. La formazione fornisce una conoscenza teorica e pratica dello strumento, dotando i partecipanti del set, composto da tableau, personaggi e manuale e che permette agli operatori di

utilizzarlo in terapia. Ulteriori informazioni sono reperibili presso il sito <http://gmc-mgc.com/>. La potenza di questo strumento è data dalla sua flessibilità e dalla creatività nell'utilizzo che consente di generare nuove rappresentazioni in stanza di terapia, che accompagnano e guidano, la coppia e il terapeuta, durante il tempo del processo terapeutico.

BIBLIOGRAFIA

Canevaro, A. (1988). Alle radici della coppia: verso lo sviluppo di un contesto terapeutico trigenerazionale. *Ecologia della Mente*, NIS, Roma.

Canevaro, A. (1988). Crisi matrimoniale e contesto trigenerazionale. Un modello sistemico di terapia breve in Andolfi M. Angelo C., Saccu C., *La coppia in crisi*, ITF, Roma.

Coletti, M., Alberti, F., Bellucci E.M., Patruno, C., Viscosi, A. (2015). Coppie e famiglie di origine genogramma mobile per coppie (GMC ©). Un metodo esplorativo e terapeutico. *Psicobiettivo*, Franco Angeli, Roma.

Jung, C.G. (1952). Simboli della trasformazione, in *Opere* vol. 5°, Boringhieri, Torino.

Marra, C. (1990). Scene da Camera: l'Identità Concettuale Della Fotografia. *Essegi*, Ravenna.

Servadio, E. (1977). Psicologia e psicopatologia del fotografare, in Aa. Vv., *Cent'anni di fotografia. I problemi di Ulisse*, Roma.

Winnicott, D. (1971). *Gioco e realtà*, Armando, Roma.