

RECENSIONI

“Le sei fasi della resilienza” di Matteo Selvini. Ricerca, passione e costruzione dell’intervento terapeutico.

Federico Bussoletti

Nel leggere il libro di Matteo Selvini, mi sono tornate in mente alcune circostanze nelle quali ci siamo incontrati o abbiamo lavorato insieme. La prima, quando ho avuto personalmente il piacere di intervistarlo in occasione del Congresso del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale che si tenne a Torino nell’ottobre 2019. In quella circostanza parlammo dell’evoluzione della terapia familiare, ragionando sui diversi sviluppi che nel tempo il lavoro psicoterapico sistemico e relazionale ha avuto tra Milano e Roma. Tra i vari argomenti, ci soffermammo anche sulla ricerca e su come fosse importante promuovere iniziative, all’interno delle scuole di specializzazione in psicoterapia, che potessero stimolare lo studio e lo sviluppo di specifici argomenti.

Siamo andati a trovarlo, pochi mesi dopo, in occasione della proiezione a Milano del documentario sulla vita di Mara Selvini Palazzoli, “Risonanze tra vita e professione”, presso la Fondazione Feltrinelli. Il film racconta della nascita del gruppo di Milano, ma regala anche e soprattutto la possibilità di osservare Mara all’interno della sua famiglia, dentro le relazioni che nel tempo ha costruito, consente di entrare in contatto con la sua grande passione per il lavoro psicoterapico e per l’insegnamento della psicoterapia stessa.

Ricordo, infine, la giornata webinar organizzata a settembre 2020, dal titolo “Entrare in terapia”, della quale ha scritto Laura Tullio in precedenza. In questa circostanza abbiamo ragionato insieme sulle procedure da utilizzare nella presa in carico del paziente nelle prime fasi della terapia, a partire da una accurata analisi

della domanda di aiuto, per la costruzione dell'intervento psicoterapeutico. Ho ritrovato in questo libro una traccia di ognuna di queste iniziative.

Anzitutto è un lavoro che nasce più di dieci anni fa, quando nel 2010 viene formato il Gruppo Trauma, al quale accedono didatti, terapeuti formati e specializzandi della scuola di psicoterapia "Mara Selvini Palazzoli" di Milano. Il libro è il prodotto di tante riflessioni e discussioni sui casi clinici e del confronto tra colleghi, che insieme hanno fatto ricerca. Pur essendo l'intento iniziale quello di convogliare le esperienze condivise per costruire un approccio sistemico familiare individuale nella cura del trauma, è subito chiaro quanto l'organizzazione relazionale dei pazienti sia in primo piano e anche quanto sia necessaria, a volte, nella stanza di terapia, il coinvolgimento della coppia oppure della famiglia, sotto qualunque forma essa si presenti. Sostenuta da una solida ed ampia parte teorica, ciò che colpisce ad una prima lettura è la ricchezza dei casi clinici che il testo propone. Oltre alla formazione, alla predisposizione personale, credo sia importante la passione con la quale facciamo il nostro lavoro. Dal più complicato dei casi a quello di più agevole gestione, l'idea che questo testo suggerisce, nel trattare le storie dei pazienti, è proprio questa: essere terapeuti vuol dire saper utilizzare soprattutto sé stessi nella stanza di terapia. Senza una buona dose di attenzione, di curiosità, di interesse per l'altro, sarebbe davvero complicato costruire un buon lavoro terapeutico.

Partendo quindi dal presupposto che anima la stesura del testo (identificare linee guida ed un modello di intervento sui traumi dello sviluppo), gli interventi presentati offrono al lettore importanti indicazioni sull'approccio al trauma e alle possibili risoluzioni. Tanti terapeuti, didatti e specializzandi si sono cimentati nell'affrontare situazioni traumatiche molto difficili con una grande capacità di entrare in sintonia con i pazienti, anche nelle situazioni più complicate, costruendo insieme una strutturata analisi della domanda. Lo sforzo e l'intento sembrano confluire nella tendenza ad andare oltre il sintomo, scoprire il trauma che in qualche modo lo nutre e lo sostiene, con l'obiettivo di risolverlo. Molto spesso lo svelamento del trauma è legato ad eventi molto difficili ed i casi clinici dei quali si parla offrono uno spaccato della complessità delle situazioni con cui i terapisti si confrontano. Si parla infatti di lutti, di abusi, di disturbi del comportamento alimentare, di separazioni, di maltrattamento.

Ragionare in termini sistemici ci ha offerto la possibilità di cercare di aiutare i pazienti che portano questo alto grado di problematicità, portando ancora una volta in evidenza quanto la psicoterapia abbia un valore prezioso non solo in termini di cura, ma anche di prevenzione.