

IL SEMINARIO

Tra paure e desideri.

L'approccio ricostruttivo e interpersonale nella psicoterapia individuale sistemica e relazionale.

Rita D'Angelo, Tiziana Canavese***

Abstract

Presentiamo in questo numero le riflessioni di Rita D'Angelo e di Tiziana Canavese scaturite dalla lettura del libro di Francesco Colacicco "Tra paure e desideri" (Alpes Italia, 2022). Paure e desideri rappresentano sentinelle di grande valore all'interno del percorso di terapia. Colacicco ne riprende il significato tornando alla teoria psicodinamica, ma, al contempo, arricchendolo in chiave relazionale, attingendo al contributo di Lorna Smith Benjamin e alla sua terapia ricostruttiva interpersonale. Sottolineando una tensione tra desiderio e paura tipicamente umana, ne rivela una componente funzionale e necessaria, componente che allo stesso tempo può assumere caratteristiche fobiche, ossessive o paranoiche. La terapia non avrà solo l'importanza di ricostruire le ragioni profonde che spiegano i modelli di interazione, ma anche accompagnare il paziente alla scelta del cambiamento, scelta che può comportare una fase di lutto per la perdita dei propri schemi interiorizzati. Per facilitare questo passaggio Colacicco presenta, in questo libro, una tecnica chiamata guida al Cambiamento, che attraverso la produzione di un mazzo di carte, potrà accompagnare i nostri pazienti sia nel lavoro in stanza di terapia che nella loro quotidianità.

* Rita D'Angelo, Psicologa, psicoterapeuta. Direttrice del C.S.R.M. Centro Studi Relazionale Mediterraneo di Palermo

** Tiziana Canavese, Psicologa, Psicoterapeuta, allieva didatta del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale

Abstract

In this issue we present the reflections of Rita D'Angelo and Tiziana Canavese resulting from the reading of the book by Francesco Colacicco "Tra paure e desideri".

Fears and desires represent sentinels of great value within the therapy process. Colacicco takes up its meaning by returning to the psychodynamic theory, but, at the same time, enriching it in a relational key, drawing on the contribution of Lorna Smith Benjamin and her interpersonal reconstructive therapy. By emphasizing a typically human tension between desire and fear, he reveals a functional and necessary component, a component which at the same time can take on phobic, obsessive or paranoid characteristics. Therapy will not only have the importance of reconstructing the deep reasons that explain the patterns of interaction, but also accompany the patient to the choice of change, a choice that can lead to a phase of mourning for the loss of one's internalized schemes. To facilitate this passage, Colacicco presents, in this book, a technique called a guide to change, which through the production of a deck of cards, will be able to accompany our patients both in their work in the therapy room and in their daily lives.

RIFLESSIONI DI RITA D'ANGELO

Parlare di paure e di desideri evoca ricordi che riportano all'infanzia di ciascuno, dal simbolismo emergono contenuti inconsci, sogni e metafore della vita: si compie un "viaggio ristoratore" in un mondo altro, da quello visibile, un viaggio fantastico a tratti confortante se ti accompagna all'uscita di uno schema logico e razionale per vedere le cose da un altro punto di vista, più creativo e intuitivo, trasformando in immagini un evento fisico, psicologico o relazionale.

L'autore ci introduce alla riflessione sul desiderio attraverso l'etimologia della parola: il termine desiderio deriva dalla composizione della particella privativa "de" con il termine latino sidus, sideris (plurale sidera), che significa stella. Dunque "desidera", da cui "desiderio", significherebbe, letteralmente, *"condizione in cui sono assenti le stelle"*. Il desiderio, secondo Freud, è la percezione del soddisfacimento. Il desiderio nasce quindi in una situazione in cui manca qualcosa che è stato sperimentato come gratificante, e la memoria emotiva ricorda ciò che si è provato nel momento in cui il bisogno è stato soddisfatto. Lacan sottolineava che *"il desiderio dell'uomo è desiderio dell'Altro"*, cioè desiderio di riconoscimento. Il desiderio che dipende dal legame con l'Altro – va dunque al di là del bisogno, e apre ad una dimensione relazionale della soddisfazione. Il desiderio dell'uomo si soddisfa solo attraverso il desiderio dell'altro, cerca un posto nel desiderio dell'altro per vivere e crescere se sta nel desiderio dell'altro, nel pensiero dell'altro, nella parola dell'altro, attendendo lo sguardo "nessuno si fa il nome da sé". Nel desiderio c'è la realizzazione di sé, quella vita indipendente e matura che si fonda sul legame: il paziente per parlare di sé non può non parlare dell'altro. Se si devia la direzione del desiderio ci si ammala, si lavora contro sé stessi contro l'inclinazione del proprio desiderio cercando di vivere la condizione più coerente possibile verso la direzione del desiderio. Accade che, in nome della coerenza di trovarsi dentro il desiderio dell'altro, il proprio desiderio si piega alla necessità del riconoscimento del desiderio dell'altro su di sé: è la "vocazione indistruttibile del desiderio" come la chiamava Freud.

Allora l'indipendenza è quel processo che si compie per potersi separare dal desiderio dell'altro.

Nel desiderio c'è la verità profonda che abita ciascuno di noi: a volte si trasforma in inganno o illusione producendo un patologico attaccamento all'Io come accade

nelle complesse quanto problematiche situazioni narcisistiche provocando la più grande sofferenza perché inconsapevolmente la persona è stata “destinata” all’insoddisfazione ricercando sempre nel nuovo ciò che non c’è. Italo Calvino parlava dell’inesauribilità del nuovo quando quella cosa che facciamo diventa nuova se viene fatta con desiderio.

La paura emerge quando il contesto è dominato dalla minaccia del dolore o dalla sua percezione: in questo caso si è pervasi dal desiderio di scappare o comunque di allontanarsi dalla fonte del dolore, sia questa reale o immaginaria. Ad un livello profondo esistono tipologie di reazione che si manifestano in alcune strategie comportamentali.

La lotta o la fuga sono i due opposti che esemplificano la scelta tra evitare e affrontare i problemi.

Freud in “Al di là del principio di piacere” definisce la paura come un’emozione attivata dal contatto con ogni oggetto che generi timore. L’angoscia rappresenta lo stato di attesa e di preparazione ad un pericolo futuro presunto. Galimberti la definisce “*Emozione primaria di difesa*”, provocata da una situazione di pericolo che può essere reale, anticipata dalla previsione, evocata dal ricordo o prodotta dalla fantasia.

L’autore ci dà uno schema da seguire per riconoscere la corrispondenza tra i sintomi, la patologia, gli obiettivi desiderati e le paure che alimentano il circolo relazionale disfunzionale. Paure e desideri antichi che sostengono il dono d’amore e l’autosabotaggio vengono affrontati in un atto finale di terapia che prelude al cambiamento: <<*Il paziente deve “imparare” che ciò di cui ha paura non è più una minaccia e che ciò che vuole non è più desiderato. Deve scegliere di lasciar perdere i vecchi desideri e sfidare le paure primitive, le paure di tradire e perdere l’altro interiorizzato*>>. Ed è sul cambiamento che il libro ci offre l’opportunità di esplorare paure e desideri attraverso un metodo/tecnica che rafforza ed “esalta” l’efficacia della relazione terapeutica: la proposta del terapeuta al paziente è un gioco che li porterà a viaggiare in un mondo fantastico, tra simboli e figure, dove insieme incontreranno il sé primigenio, desideri e paure che verranno affrontati per un procedere libero verso la consapevolezza del sé di diritto. Il “gioco” tra paziente e terapeuta coinvolge entrambi “sulla dimensione del futuro” attraverso le “prove di anticipazione” e aumenta l’intimità della relazione rappresentandone l’implicito

della relazione stessa a tutto vantaggio del cambiamento e dell'evoluzione personale del paziente. La tecnica utilizzata appartiene al mondo metaforico e usa il linguaggio metaforico per giungere allo "spazio di mezzo tra conscio e inconscio" nelle immagini del campo dei desideri e delle paure. Nell'uso della tecnica analogica emerge la focalizzazione sulle interazioni interpersonali "amichevoli" dove l'alleanza e la tecnica formano un trade-union che produce quello che Lorna Benjamin definisce "impatto strutturale" costituendo una nuova base sicura con rappresentazioni interiorizzate amichevoli e benevoli. Mentre l'alleanza con il paziente supporta la disponibilità ad impegnarsi nella terapia, la tecnica gli insegna modalità di comportamento e di gestione degli affetti e stili cognitivi adattivi: il nuovo apprendimento. I meccanismi del cambiamento sono intrinseci alla tecnica nella misura in cui si realizzano via via tra compiti e prescrizioni esperienze emozionali correttive delle relazioni di attaccamento e il terapeuta ha superato il "test di sicurezza" a cui il paziente lo ha sottoposto.

RIFLESSIONI DI TIZIANA CANAVESE

In questo libro Colacicco reinterpreta i pazienti come funamboli sempre in equilibrio tra paure e desideri. La tensione tra le due istanze è inevitabile e la sua dimensione è specificatamente umana così che il terapeuta non può evitare di tenerli a mente. L'autore, per raccontarne il valore, ritorna alle teorie psicoanalitiche sottolineando la divisione strutturale tra Io Ideale e Io Attuale: la distanza tra le due istanze racconta la tensione tra paura e desiderio.

Nel descrivere il desiderio, Colacicco pone l'attenzione sulla distinzione netta con il concetto di bisogno, il quale va inteso come mancanza di qualcosa che riteniamo indispensabile. Il desiderio è invece un sentimento molto più profondo che ci porta ad inseguire cambiamenti e si misura con il rischio, appunto la paura. La paura invece è uno stato emotivo caratterizzato da insicurezza, smarrimento e ansia di fronte ad un pericolo reale o immaginario. È un meccanismo di difesa innato, fortemente conservativo. L'autore si sofferma sulla paura di "apprendimento", strettamente collegata alla capacità di adattamento all'ambiente e successiva all'interiorizzazione di segnali di pericolo anche e soprattutto relazionali (*se ti comporti così smetto di amarti*). Le paure hanno pertanto una componente funzionale e necessaria, ma talvolta possono assumere caratteristiche fobiche, ossessive o paranoiche. Questi ultimi tre aggettivi caratterizzano le specificità della psicopatologia e hanno implicazioni sul piano terapeutico di cui il terapeuta deve tenere in considerazione.

Sin dalle prime pagine si coglie la prospettiva inedita con la quale i temi del desiderio e delle paure vengono avvicinati: conservando il loro valore intrapsichico, si arricchiscono di una dimensione evolutiva. Il cambiamento è possibile se il terapeuta è abile a mettere a fuoco i timori del disorientamento e della perdita della stabilità, a vantaggio di una visione personale integrata, che riesce a calarsi nella realtà del cambiamento e prende le distanze dall'ideale desiderato.

A partire da queste considerazioni di fondo, Colacicco inoltre ripropone e approfondisce il contributo di Lorna Smith Benjamin regalandone una chiara visione sistemica. Si concentra sui processi psicopatologici psicotici, nevrotici e borderline affiancando alla teoria di Kernberg lo sguardo di Cancrini, il quale suggerisce di sostituire il termine struttura, eccessivamente meccanicistico e privo di una dimensione evolutiva, con quello di funzionamento, sottolineando quanto

gli schemi di comportamento siano più ricollegabili ad un repertorio che non una struttura statica.

La terapia interpersonale ricostruttiva che abbiamo citato sopra è cara all'autore: consente di intervenire con i pazienti con funzionamento borderline a partire dalla famiglia che i pazienti hanno in testa. Per la Benjamin è la famiglia ad organizzare la personalità attraverso i processi di copia e il terapeuta ha l'obiettivo di sviluppare i comportamenti Verdi, cioè evoluti. Inoltre se si considera che ogni psicopatologia è un dono d'amore, il terapeuta dovrà accompagnare il paziente nella scelta del se e in che modo cambiare.

Colacicco si sofferma sull'importanza della motivazione al cambiamento: il compito più difficile è aiutare il paziente a "decidere" di lasciar perdere i vecchi desideri e sfidare le paure primitive. In questo concetto, l'autore arricchisce lo sguardo della terapia interpersonale ricostruttiva, sottolineando non solo l'importanza di ricostruire le ragioni profonde che spiegano i modelli di interazione, ma anche evidenziando la necessità di accompagnare il paziente alla scelta del cambiamento, scelta che può comportare una fase di lutto per la perdita dei propri schemi interiorizzati, ma che sostiene il paziente nello sviluppo di un funzionamento della mente più adattativo.

Colpisce la dimensione pratica, strettamente collegata al fare clinico con cui l'autore riesce ad evidenziare la tensione inevitabile tra desiderio e paura in ogni disturbo di personalità regalando una descrizione schematica di come i due elementi interagiscono tra loro, descrizione che può orientare efficacemente il lavoro del clinico.

Oltre alle riflessioni sopra descritte, Colacicco si muove nella dimensione creativa rileggendo e proponendo tecniche di intervento sia in terapia che durante il percorso di training con i suoi allievi. Elemento cardine è la riflessione sul tema del futuro: il paziente che desidera anticipa quello che potrà essere nel tempo o che si auspica di essere. Riprende la prova di anticipazione, test proiettivo proposto da Berta, e le sculture del Tempo Familiare utilizzate da Luigi Onnis, introduce un linguaggio metaforico che si focalizza sulla possibilità del cambiamento, sollecitando la spontaneità e la sensibilità immaginativa dei pazienti, evitando il ricorso diretto al pensiero operativo. In particolare modo, la prova di anticipazione viene descritta dall'autore nei suoi passaggi salienti e nei suoi significati. Ad essa

Colacicco affianca nuove strade per arrivare in maniera creativa ai desideri e alle paure dei pazienti, stabilendo con loro una relazione empatica e umana, buona alleata per lo sviluppo della parte verde, dell'alleato della crescita.

L'evoluzione che l'autore propone prende il nome di Guida al Cambiamento, una forma di trattamento possibile con pazienti sufficientemente ancorati alla realtà, capaci di sostenere l'impatto con le proprie parti interne. Si tratta di un accompagnamento delicato alla costruzione di quattro simboli e sei figure rappresentanti i desideri e le paure del paziente. In maniera nuova, le figure non sono interpretate secondo principi inconsci, ma vengono arricchite da parte di colui che le crea, con la descrizione delle caratteristiche fisiche, temperamenti, dal contesto in cui vivono, dalle relazioni sociali ed interpersonali e dallo spazio fisico ed emotivo che questi simboli occupano. Al termine del lavoro il paziente avrà il proprio mazzo di carte con il quale l'autore lavorerà sia in stanza di terapia sia chiedendo al paziente di utilizzarle nella sua quotidianità, ampliando il tempo terapeutico nel qui ed ora delle relazioni sociali ed emotive che vive. Così l'autore propone di lavorare sugli opposti, accompagnando il paziente a riconoscere i propri schemi di funzionamento e di conseguenza a ricercare le prime soluzioni pratiche e a differenziarsi. In successione, l'autore prevede un passaggio alla rappresentazione teatrale in cui il paziente è chiamato ad immaginare la sua vita come se fosse un copione. Questo passaggio inserisce un valore più analitico ed introspettivo che consente al paziente di analizzare gli aspetti transferali e controtransferali. Il lavoro di Colacicco è un intenso processo di conoscenza personale e interpersonale: il paziente può rispecchiarsi nell'altro acquisendo dall'altro consapevolezza su di sé, al contempo può empaticamente imparare a conoscere e riconoscere l'altro da sé.

Chiari ed esemplificativi i diversi casi illustrati dall'autore: la loro lettura consente sia di apprendere l'applicazione del metodo nelle sue sfaccettature, sia di riconoscerne il valore terapeutico ed evolutivo. Attraverso Elisabetta, Giorgia, Marta ed Ornella, Colacicco si racconta come terapeuta e nel farlo mette a fuoco l'importanza della relazione terapeutica come elemento base, che predice il buon esito della terapia.

In conclusione, possiamo dire che se i comportamenti disfunzionali sono guidati dal desiderio che quello che le persone interiorizzate offriranno in cambio sarà

amore e approvazione, la terapia non può che essere finalizzata ad aiutare i pazienti ad affrontare le paure e i desideri dietro al dono d'amore. Colacicco ci accompagna nel vedere il terapeuta come guida nella crescita della parte verde e ci racconta le possibili porte che le tecniche indirette e le prescrizioni puntuali possono aprire.

BIBLIOGRAFIA

Colacicco F., (2022), *Tra paure e desideri. L'approccio ricostruttivo interpersonale nella psicoterapia individuale sistemica e relazionale*, Roma: Alpes.