

**SEMINARIO DI STUDIO SULLA PRESA IN CARICO
NELLA TERAPIA DI COPPIA E NELLA TERAPIA FAMILIARE**

RIMINI 27/1/1990

INTRODUZIONE: DOTT. PAOLO SACCANI

Prima di discutere sui problemi della presa in carico in situazioni che coinvolgono più di una persona (quindi familiari e di coppia) vorrei che ci accordassimo a proposito del problema centrale che si pone in questi casi che è quello dell'oggetto inteso in senso psicologico. Cosa vuol dire parlare di oggetto?

E' un tema un po' controverso, voi sapete bene che quello di oggetto è un concetto estremamente elastico nel quale rientrano una serie di considerazioni del tipo più diverso, basti pensare alla vastità della nomenclatura.

Si trovano nella letteratura psicoanalitica termini come: "oggetto totale", "oggetto parziale", "oggetto analitico", "oggetto costante", "oggetto esterno", "oggetto interno".

Ci sono quindi dei significati diversi che si riferiscono all'oggetto e che si definiscono in funzione dei contesti diversi. In genere possiamo pensare che l'oggetto viene definito sempre in funzione della relazione che si stabilisce con esso e quindi è fondamentalmente il rapporto con questo oggetto che definisce la nozione di oggetto.

Quando ci riferiamo al termine oggetto pensiamo anche al sé, perché il sé, da un certo punto di vista può essere considerato un oggetto.

Per quanto riguarda il problema che ci sta più a cuore nel caso della famiglia e della coppia dobbiamo tenere conto che in questi casi noi abbiamo a che fare con un "oggetto reale" che esiste nel mondo esterno, perché nel momento della consultazione noi abbiamo a che fare con due persone, di cui una considera l'altra un oggetto in senso psicologico e viceversa.

Come possiamo concettualizzare questa nozione di oggetto reale?

Bisogna pensare all'oggetto non come una cosa che esiste in sé, che ha certe configurazioni che tutti percepiscono, ma come qualche cosa che viene definito dalla relazione che noi stabiliamo con quell'oggetto.

Ciò che è in causa non è il fatto che questo tavolo sia rettangolare, che abbia queste caratteristiche di colore e di forma, ma il fatto che l'oggetto che percepisco in questo momento è diverso da quello che percepite voi, tanto più se si tratta di una persona.

Quando io colgo un oggetto in funzione del mio stato d'animo e delle mie esigenze, io colgo di quell'oggetto alcuni aspetti, in particolare quando si tratta di persone.

La rappresentazione che io ho di una persona quindi non è la stessa che ha un altro, cambia secondo il mio stato d'animo e lo stato d'animo dell'altra persona, nel senso che io di quella persona colgo alcuni aspetti e ne lascio in ombra altri. Viceversa, probabilmente in altri contesti, in altre relazioni quella stessa persona può essere colta in maniera diversa.

Questo è un problema centrale per quanto riguarda la terapia della coppia e della famiglia in cui uno dei motivi centrali dell'intervento terapeutico consista proprio nell'aumentare la gamma delle possibilità di relazione e quindi aumentare il campo di visuale in senso psicologico.

L'oggetto, che generalmente nelle nostre consultazioni è un oggetto coartato, visto da un'angolazione ristretta, nel corso della terapia viene ad acquistare un'angolazione più ampia perché aumentano le possibilità di comprensione da parte della persona interessata, della varietà, della natura, delle capacità, delle risorse, degli atteggiamenti della persona con la quale è in relazione.

Nell'esempio della coppia, nel corso della terapia la visione che ha la moglie del marito è una visione necessariamente limitata e coartata: cioè ci presenta del marito una visione parziale, che non è la stessa che probabilmente di questa stessa persona ha il datore di lavoro o hanno i figli.

Il problema della terapia familiare è che, partendo da questa considerazione, cerca di dilatare l'ambito delle possibilità di esperienza di una persona includendo anche altri aspetti di questo oggetto reale.

La nozione di oggetto reale è quindi molto controversa e tutt'altro che acquisita, non è definita dal fatto che ci mettiamo d'accordo nel descrivere una persona in certi termini perché noi stessi cambiamo in rapporto all'oggetto: cambiando le nostre aspettative, cambia anche l'"oggetto reale". Cambiando le nostre aspettative nei confronti delle persone cambiano anche le persone, pur restando ovviamente le stesse.

Credo che questa sia una nozione importante perché discrimina un punto di vista psicodinamico, in tema di comprensione delle relazioni familiari di coppia che, da un punto di vista che invece privilegia ad esempio gli aspetti osservativi e che quindi si colloca all'esterno, in una osservazione che viene dichiarata asettica; qui invece vengono privilegiati in maniera assoluta ed evidenziati soprattutto gli aspetti di interazione che si stabiliscono. Ci sarà una interazione tra le due persone che vengono da noi per una consultazione e ci sarà poi una interazione di ciascuna di queste due persone con noi.

C'è chi aggiunge che c'è un'interazione della coppia con noi, ma la coppia è una metafora, una specie di unità astratta che esiste nella mente del terapeuta, non esiste nella realtà. Una coppia in quanto tale è una metafora, esistono due persone che hanno una particolare qualità di interazione, anche se ci sono degli autori che la descrivono come una entità a sé.

Credo che per quanto riguarda il concetto di oggetto reale dobbiamo pensare che è fondamentalmente una nostra costruzione. Ognuno di noi costruisce, predetermina una rappresentazione dell'oggetto o adatta le sue aspettative alle caratteristiche di una persona, cercando di forzare questa persona dentro ad una specie di stampo predeterminato che è funzione appunto di certe aspettative, di certi desideri che ciascuno di noi ha. Questo è per dire che la pretesa di oggettività non può esistere né nelle due persone che vengono da noi e tanto meno in noi in quanto terapeuti.

Noi non dobbiamo avere nessuna pretesa di oggettività, non siamo noi che valutiamo come sono le persone, perché queste persone ci appaiono in modo diverso secondo che in quella giornata siamo stanchi oppure siamo contenti, a seconda che in quel momento ci vadano bene le cose in rapporto alle nostre situazioni familiari oppure non ci vadano bene; ci sarà sicuramente un rimaneggiamento del nostro campo di osservazione, del modo di rappresentarci quelle persone in funzione proprio del nostro stato d'animo.

Questa è la premessa fondamentale, il presupposto concettuale per stabilire i criteri secondo i quali si prende in carico una persona, due persone, etc.

La seconda cosa è che non si parla di oggetto in quanto cosa, ma in quanto rappresentazione che io ne ho, e questo è un altro dato centrale. Non posso prescindere dalla mia rappresentazione dell'oggetto perché è l'unica cosa che mi interessa.

Noi selezioniamo inevitabilmente la nostra percezione perché altrimenti saremmo un campo

di battaglia, un campo di percezioni assolutamente indiscriminate e saremmo in una grande confusione se dovessimo diventare passivi rispetto a tutto ciò che percepiamo; quindi, così come succede nel campo visivo in cui abbiamo una zona focale e una zona laterale che diventa subliminale nel senso che la vediamo e non la vediamo, altrettanto avviene per il campo di tutte le percezioni possibili.

Ne abbiamo tantissime e tra queste selezioniamo quelle che ci interessano di più in ragione delle nostre esigenze di quel momento. Questo è il problema per cui noi parliamo di rappresentazione dell'oggetto più che dell'oggetto in sé.

Evidentemente questa rappresentazione risente di un sacco di elementi, risente dei nostri desideri fondamentali, delle nostre aspirazioni, risente del modo in cui noi ci difendiamo da certe stimolazioni che quelle persone possono evocare dentro di noi.

Questo è molto importante da capire, perché la stessa persona che per uno può risultare stimolante, per un altro può essere addirittura repellente, perché questa si difenda rispetto all'attrazione ad esempio trasformandola in repulsione.

E' la stessa persona, però sono due modi diversi di rappresentarsela; l'oggetto reale, quello che sta fuori è sempre lo stesso, ma l'oggetto reale di ciascuna delle persone di cui noi ci occupiamo è diverso.

Questo è importante, perché noi ci riferiamo sempre, quando parliamo di oggetto, ad una costruzione che noi come terapeuti o le persone che sono in campo davanti a noi hanno di un oggetto, di una persona di cui ci stanno parlando. La persona di cui ci stanno parlando è sicuramente una persona che è dentro di loro prima che fuori di loro (quella di cui parlano).

E' chiaro che poi c'è l'altra persona che interagisce con questa, la quale a sua volta parla della prima persona secondo il modo con cui lei o lui se la rappresenta, la percepisce e ce l'ha internamente.

Questo è molto importante, perché quando noi parliamo di terapia della coppia o della famiglia, ci riferiamo in fondo ad un tentativo di aiutare le persone ad elaborare i loro costrutti interni che chiamano marito, moglie, figli etc. perché ciascuno di questi ha una visione diversa. Basta che voi vediate all'interno di una seduta familiare come ciascuno di loro si rappresenta il paziente designato.

Ciascuno di loro metterà in evidenza un aspetto di questa persona, non tutto, sono aspetti diversificati a seconda di chi sta parlando in quel momento.

Ciascuno coglie un aspetto in funzione proprio del suo bisogno e non ne coglie altri invece che risultano importanti per altre persone.

Il lavoro che noi facciamo è quello di raccordare questi differenti punti di vista per aiutare le persone ad organizzare un'immagine più elastica e più allargata della stessa persona e quindi di sé.

Come mai esiste questa propensione per l'oggetto?

Questa è materia di lunghissime discussioni all'interno di varie correnti psicologiche e psicodinamiche che ipotizzano via via l'esistenza di una sorta di preorganizzazione volta verso l'oggetto, oppure ipotizzano che l'oggetto si organizzi nel tempo e bisogna che l'oggetto si definisca secondo certe linee di sviluppo che sono caratteristiche della persona.

Credo che noi possiamo immaginare che il bambino da piccolo abbia una sorta di predisposizione biologica verso l'oggetto che è sanzionata dal fatto che deve essere completamente accudito dalla madre. Già solo per questo fatto fa un'esperienza che lo mette in relazione necessaria. Ma il colorito di questa esperienza (qui si parla già di esperienza quindi di qualcosa di psicologico) è dato proprio dalla particolare qualità della relazione che si organizza, che dipende sia dalle caratteristiche del bambino che da quelle della madre e della interazione che si stabilisce fra di loro. Quindi non è data, una volta per tutte, questa propensione per l'oggetto, ma è una specie di schema, simile a quello corporeo che ognuno di noi possiede, che però si definisce in relazione a delle esperienze affettive.

Quello che definisce il nostro oggetto è qualcosa che si costruisce sulla base delle nostre

esperienze successive e sono fondamentalmente delle esperienze affettive: di piacere, dispiacere, dolore, soddisfazione.

Quando parliamo quindi di costruzione, vedete che l'oggetto può essere sì preformato in qualche modo, nel senso che c'è una sorta di predisposizione anche biologica a concepire l'esistenza di qualcun altro al di fuori di noi, ma si organizza dentro di noi sulla base di una serie di esperienze affettive.

Questa costruzione che noi chiamiamo “oggetto reale”, “oggetto esterno”, “partner”, “familiare”, etc. è qualcosa che si costruisce nel corso di tutto lo sviluppo, risente di tutto lo sviluppo psicologico di ciascuno di noi. Quindi è un concentrato ed appartiene infatti alla nostra esperienza, considerare che la persona che ci va meglio è quella nella quale ritroviamo un po' di tutto, o diciamo di ritrovare tutto: la letteratura amorosa risente proprio di questo. L'oggetto privilegiato, quello dal quale noi traiamo la soddisfazione massima è quello che in qualche modo ci riassume, cioè tiene conto della nostra esperienza vissuta.

Ciò che è importante è che l'oggetto esterno è essenzialmente un oggetto interno, (e qui c'è un gioco di parole) è un costrutto che noi collochiamo all'esterno e che risente del nostro modo di essere.

L'oggetto interno allora che fine fa?

Esiste anche un oggetto interno, ma a sua volta questo oggetto interno dobbiamo considerarlo come qualcosa che esiste certamente ma è piuttosto un costrutto che si organizza all'interno della relazione terapeutica, il terapeuta lo costruisce con il paziente desumendolo dal materiale che il paziente porta, cioè dal tipo di relazione che stabilisce con lui una particolare capacità di relazionarsi che si chiama oggetto interno.

Esempio: se un paziente tenta di stabilire con il terapeuta un rapporto per il quale tende a considerare continuamente il terapeuta come una figura frustrante, che lo delude, che lo sgrida, noi possiamo aiutare questa persona dopo avergli mostrato che egli vive il terapeuta come una persona che lo sgrida, che lo rimprovera, ma, in realtà, il terapeuta non ha questo atteggiamento. Possiamo aiutarlo a vedere che dentro di lui c'è qualche cosa che funziona in questo modo, cioè che ha questa modalità critica nei confronti anche di altri atteggiamenti suoi.

Allora qui noi costruiamo e aiutiamo il paziente a costruire un oggetto che da esterno (l'oggetto transferale, quello che lui ha costruito nella relazione con noi), si riporta dentro di lui con delle caratteristiche che sono simili, che noi deduciamo dalla qualità della relazione.

La stessa cosa facciamo per esempio quando in una coppia aiutiamo ad esempio il marito, a riconoscere che egli ha della moglie una certa immagine e che questa immagine preesiste dentro di lui.

E' questo il momento cruciale della terapia di coppia, quando la persona riesce a ricollocare dentro di sé l'immagine che continua abitualmente a collocare nella moglie o nel marito e a rievocare.

Mi premeva di farvi vedere che continuamente noi alludiamo a qualche cosa che di volta in volta chiamiamo “oggetto esterno” perché è collocato fuori, oppure “oggetto interno” perché lo ritroviamo, lo ipotizziamo all'interno della persona.

Le operazioni che noi facciamo abitualmente sono quelle di fare in modo che gli oggetti esterni coincidano con quello che abbiamo dentro di noi. Questa operazione che si può chiamare “attualizzazione” (per usare un termine brutto ma che rende bene l'idea) o “esternalizzazione”, consiste in una serie di operazioni di tipo fondamentalmente proiettivo che ci permettono di mettere fuori di noi aspetti dell'oggetto interno che noi possediamo, per collocarli su una persona che ce li rappresenta in maniera molto più viva all'esterno.

Questa è un'operazione essenziale per noi perché ci permette di tollerare meglio una situazione conflittuale che altrimenti sarebbe insopportabile, per cui una lotta interna si trasforma in una lotta contro qualcuno, un disagio interno si trasforma in un disagio rispetto a qualcuno che non ci capisce, che ci sgrida.

E' molto più difficile fare i conti con un censore interno che non con un censore esterno. E' molto più facile fare i conti con un persecutore esterno che non con un persecutore interno.

Questa è la ragione per cui ciascuno di noi abitualmente opera delle esternalizzazioni sugli altri che sono funzionali ai propri bisogni e che rappresentano un enorme sollievo dal punto di vista psicologico, anche se apparentemente la relazione è fonte di sofferenza. Però la sofferenza che ciascuno di noi intuisce rispetto al mettere dentro di sé questo problema è molto maggiore che non quella che ricava dal fatto di fare i conti con una persona sgradevole.

Questo è un altro problema importante perché il nostro sforzo, per esempio con la coppia, è quello di arrivare a chiarire loro che ciò di cui si lamentano è la situazione meno difficile, meno dolorosa per loro. Questo è molto difficile da trasmettere, perché la prima cosa che essi dicono è che assolutamente non è vero e che se loro sono lì è perché vogliono liberarsi di questa relazione dolorosa.

La difficoltà è proprio quella di aiutarli a capire che nella persona che loro stanno descrivendo come sgradevole, come minacciosa, c'è qualcosa che contiene aspetti di proprie esigenze e bisogna accettare come esigenze quella di essere sgridati, di essere delusi etc.

Il passaggio necessario della terapia di coppia è proprio questo, trasformare quello che uno descrive del suo rapporto con l'altra persona in qualcosa che è interno a lui, che fa parte di un rapporto di sé con sé. Questo è il passaggio cruciale, è la difficoltà fondamentale della terapia congiunta.

Riassumendo abbiamo visto fino adesso l'oggetto esterno reale come costruito interno, l'oggetto interno come costruito che il terapeuta ipotizza essere presente nel paziente e abbiamo visto questo terzo fenomeno molto importante che è la tendenza nostra di esternalizzarci: mettere fuori, attualizzare in una relazione qualche cosa che è preventivamente presente dentro di noi.

Questi sono tre concetti molto importanti che vale la pena tenere presenti perché quello su cui noi lavoriamo quando ci occupiamo di più persone che sono in una relazione importante dal punto di vista cognitivo è renderli consapevoli di quella che potremmo chiamare la "relazione di ruolo" che loro stabiliscono l'uno rispetto all'altro.

Cosa intendiamo per relazione di ruolo?

Qualche cosa per la quale ciascuno di loro vede nell'altro aspetti di sé e cerca di far fare all'altro delle azioni che corrispondano ai propri desideri. Quindi la relazione di ruolo è qualcosa di complesso, che preesiste nella mente di ciascuno di noi e che è fatta di una rappresentazione di noi stessi in relazione con l'altra persona di cui abbiamo in qualche maniera alcuni tratti, la quale interagisce con noi in un certo modo.

Normalmente noi cerchiamo di trasferire questa relazione interna, che abbiamo tra me e me, all'esterno, in una relazione nella quale l'altra persona in qualche modo viene portata a coincidere con quello che noi vorremmo.

Il nostro sforzo costante è quello di adattare la nostra rappresentazione e magari gli atteggiamenti di quella persona alle nostre aspettative.

L'evidenza di questa relazione di ruolo è uno dei passaggi centrali della terapia di coppia (e anche della terapia della famiglia, però con qualche variante).

Fermandoci sulla coppia, una delle operazioni centrali è quella di definire qual è la relazione di ruolo che si stabilisce tra di loro.

Questa nozione di relazione di ruolo intrapsichico è qualche cosa a cui alludono, sia pure in maniera diversa, tutta una serie di altri concetti come quello di "contratto-segreto" che è una metafora che descrive un fenomeno abbastanza simile a questo, con qualche differenza perché non tiene conto dell'aspetto intrapsichico che invece qui è fondamentale.

Questi pochi concetti sono la premessa e la giustificazione delle scelte terapeutiche, questa è la cosa importante.

Ho pensato di premettervi queste cose per giustificarvi alcune poche cose che ora vi dirò adesso a proposito della presa in carico.

Nella letteratura la presa in carico viene presentata come un dato di fatto, cioè: si fa così. Non è vero niente, noi lo sappiamo benissimo come si fa, la casistica nostra è infinita quindi noi abbiamo bisogno non di una legge codificata che prescriva che si fa così, ma di alcune premesse in base alle quali possiamo adattarci di volta in volta.

Questa è la differenza fondamentale.

Questi sono orientamenti che hanno un retroterra concettuale e che quindi possono di volta in volta essere degli strumenti adattabili. Qual è allora la linea che si può seguire?

La linea discende direttamente dalla qualità, dalla presenza di questa relazione di ruolo, di questa esternalizzazione.

Facciamo il caso della coppia. Nella coppia nella quale noi ci accorgiamo che esiste (come in tutte le coppie) una relazione di ruolo in cui le esternalizzazioni sono molto forti in cui non esiste la consapevolezza neanche minima della possibilità che qualcuno dei due metta del proprio nell'altro: in questo caso io credo che dobbiamo essere molto cauti sul tipo di strumento da adottare.

In questi casi credo che lo strumento più adatto non sarà certo uno strumento che passa attraverso la consapevolezza, perché queste persone sono totalmente resistenti rispetto a qualunque forma di consapevolezza.

Nel caso in cui la moglie si lamenta che il marito la picchia e il marito risponde che agisce così perché la moglie lo provoca non c'è nessuna possibilità di intervenire cercando di chiarire in che misura la moglie può effettivamente produrre quella alterazione nel marito sollecitando qualche sua particolare caratteristica e in che misura il marito a sua volta reagisce alle sollecitazioni della moglie perché si sente in colpa o perché ha altri problemi di questo tipo.

Sarà difficile che queste persone accedano ad una tale consapevolezza, allora noi dobbiamo scegliere altri strumenti.

Saremo immediatamente orientati ad un intervento di tipo direttivo che sceglie strumenti paradossali o comunque direttivi e non ricorre certamente a strumenti di tipo interpretativo.

Quindi la scelta di campo è molto precisa ed è giustificata dal fatto che la resistenza espressa attraverso l'esternalizzazione è talmente forte e congeniale ad entrambi che nessuno strumento di consapevolezza può essere utilizzato.

Diverso è il caso in cui per esempio i partner di una coppia con lo stesso tipo di problema vengono dicendo che dopo tanto tempo si sono resi conto che le cose vanno in questo modo e che vorrebbero capire come mai.

Questo è un abbozzo di disponibilità che potrebbe suggerire un tipo di intervento di tipo "comprensivo" e quindi una psicoterapia ad orientamento psicodinamico che può fare uso di alcuni strumenti come la confrontazione ed al limite anche la interpretazione relativa proprio alla qualità particolare dell'interazione che loro stabiliscono.

In questo caso esiste l'esternalizzazione (perché non può non esistere, ciascuno di noi ne fa uso), ma è una esternalizzazione che è diventata problematica, che è diventata distonica per uno o per entrambi.

In questa misura possiamo pensare allora di ricorrere ad uno strumento di questo genere, cioè più direttamente vicino agli strumenti classici della psicoterapia psicoanalitica.

Facciamo un altro esempio: viene da noi una persona sola dicendo: "sono molto preoccupato perché non vado d'accordo con mia moglie". Penso ad un caso che ho trattato: un uomo che si dice depresso, è dimagrito di dieci chili, è insonne, ha fantasie suicide molto concrete etc., e riferisce la cosa al fatto di essere stato abbandonato dalla donna con la quale aveva una relazione da due anni; in questa situazione lui non è riuscito a capacitarsi dell'abbandono e viene chiedendo aiuto perché si rende conto che qualcosa non gira dentro di lui, che non è più la stessa persona di prima. Seppure pensi che questa donna sia stata determinante nello scatenare questa reazione in lui, si domanda che cosa gli è successo.

Questa domanda, anche se viene riferita ad un'altra persona non ci deve orientare nel senso di convocarla (e lei magari non ha nessuna intenzione di venire) perché è in causa la relazione di

questo uomo con lei, ma ci deve suggerire un altro tipo di intervento che è quello di aiutare questa persona a capire di più della sua relazione interna con questa donna, che ha sicuramente dei correlati anche esterni, ma che fondamentalmente è importante per lui, per quello che in lui ha significato e significa, non per il fatto che se ne è andata.

In questo caso è allora indicata una terapia individuale, non una terapia di coppia.

Questa è una situazione che si presenta molto di frequente questa, persone che si lamentano per un problema che deriva da un'altra persona; il nostro sforzo deve essere quello di discriminare se loro sono minimamente consapevoli della possibilità che quello che ritrovano nell'altra persona possa essere parte di un loro problema e non interamente innescato dall'altra persona come se fosse una specie di corpo estraneo che li plagia.

Questo è molto importante perché riduce enormemente la nostra voglia di chiamare delle persone che non sono venute a chiederci niente.

Le famose convocazioni d'ufficio che ogni tanto ci viene in mente di fare dovrebbero ridursi quasi a zero via via che la nostra esperienza aumenta, per la ragione che sto dicendo:

Chi non chiede niente non può essere suscettibile del nostro aiuto, potrà essere aiutato dal brigadiere dei carabinieri... ma non da noi.