

LA PROSPETTIVA SISTEMICO-RELAZIONALE

Tutta la rabbia di Laura

Luisa Martini

Società Italiana di Psicoterapia Relazionale e Sistemica (SIPRES) e Istituto Italiano di Psicoterapia Relazionale (IIPR)

Analisi di un caso clinico in cui, considerando un funzionamento familiare disfunzionale nelle modalità relazionali, si arriva a ipotizzare un probabile adattamento disorganizzato che evidenzia nelle relazioni significative della paziente un funzionamento borderline. Le informazioni raccolte nel colloquio clinico, attraverso le domande del terapeuta, sono proposte sia come un momento di verifica delle ipotesi diagnostiche effettuate ma anche per orientare verso un intervento che sarà basato sulla collaborazione e l'alleanza terapeutica

Parole chiave: *ipotesi diagnostiche, relazione terapeutica collaborativa, alleanza terapeutica*

Analysis of a clinical case in which, considering a dysfunctional family functioning in the relational modalities, we arrive at hypothesizing a probable disorganized attachment which highlights a borderline functioning in the patient's significant relationships. The information collected in the clinical interview, through the therapist's requests, is proposed as a moment of verification of the diagnostic hypotheses but also to orientate towards an intervention that will be based on collaboration and therapeutic alliance

Keywords: *diagnostic hypotheses, collaborative therapeutic relationship, therapeutic alliance*

Laura ha 29 anni, ha un compagno con il quale sta convivendo da due anni ma che continua anacronisticamente a chiamare “fidanzato”, questa relazione è importante per lei, ma non ha molta voglia di fare l'amore e dopo si arrabbia moltissimo con se stessa. Laura ha notato che una cosa analoga capitava anche con i suoi genitori quando, da bambina, combinava qualcosa e dopo si arrabbiava perché provava dispiacere per quello che aveva fatto.

Queste due situazioni vengono descritte all'inizio del primo colloquio: Laura si racconta come una persona che, fin da piccola, ha avuto un problema legato al provare rabbia e dispiacere nelle sue relazioni significative quando ritiene che il suo comportamento non corrisponda a quello che l'altro desidererebbe/si aspetterebbe.

Tutta la rabbia di Laura

Il modo di esprimersi di Laura è incerto, frammentato, infantile, corredato di molti non so, con continui salti tra presente e passato, nel tentativo di trovare un collegamento con eventi vissuti nel passato che possano fornirle una spiegazione per quello che avviene nel suo presente.

Richiesta esplicita, richiesta implicita, ipotesi diagnostiche

La richiesta esplicita di Laura al terapeuta è di “smussare almeno un pochino” quello che lei definisce carattere, che le impedisce di essere tranquilla e di far stare tranquillo il suo compagno.

Le tematiche portate evidenziano una richiesta implicita di un forte bisogno di accudimento, di sintonizzazione emotiva e di contenimento.

Laura parla poco della sua famiglia d'origine, ma, dai fatti che racconta, si può ipotizzare che sia mancata, da parte delle sue figure genitoriali, la capacità di cogliere i segnali degli stati di malessere della figlia legati alle esperienze sessuali negative che Laura si è trovata a vivere: l'abuso da parte del ragazzo, amico del fratello, al quale Laura si sentiva costretta a sottostare quando frequentava le elementari, il non riuscire a sottrarsi, quando aveva 15 anni, alle richieste sessuali del suo fidanzatino per poi ritrovarsi a piangere in solitudine.

I genitori di Laura vengono a conoscenza, per vie indirette, dell'abuso che Laura stava subendo e l'unica cosa che Laura riferisce è la loro iniziativa di inviarla da uno psicologo, con il quale però la bambina si rifiutava di parlare dell'argomento.

Si potrebbe ipotizzare (ma sarebbe necessario avere maggiori informazioni) una situazione familiare con i seguenti nodi problematici:

- mancanza di una vera intimità e condivisione
- disattenzione selettiva per gli stati di malessere
- minimizzazione degli aspetti emotivi
- incapacità a leggere gli stati interni dell'altro

Questi nodi problematici, probabilmente presenti nella famiglia di origine di Laura e derivanti dalle storie individuali dei genitori e dalla loro relazione coniugale e genitoriale, fanno ulteriormente ipotizzare che Laura possa aver sperimentato un difetto di rispecchiamento e di riconoscimento che ha reso difficoltoso imparare a riconoscere i suoi stati interni e a leggere quelli dell'altro: tutto ciò potrebbe indirizzare per una ipotesi diagnostica di attaccamento disorganizzato che comporta, nelle relazioni, un funzionamento borderline.

La richiesta di attivazione di un comportamento sessuale mette Laura di fronte a una intimità che la spaventa e mentre nel passato non riusciva a sottrarsi alla richiesta, nel presente, pur riuscendo a esprimere il suo rifiuto, sperimenta egualmente rabbia, dolore e senso di colpa.

La vicinanza, seppur desiderata, è temuta per il rischio di “perdersi” nell'altro, il distacco è temuto per il rischio di essere abbandonati.

La relazione terapeutica: criticità e obiettivi

Nella relazione terapeutica, come sempre avviene, Laura riproporrà le sue modalità relazionali disfunzionali legate alla sua difficoltà a gestire la vicinanza e il distacco: questo potrebbe rendere per lei difficoltoso rispettare una regola del setting che preveda sedute rigidamente scandenzate e una precoce ridefinizione delle aspettative.

La relazione terapeutica dovrebbe tendere a un ascolto empatico, accogliente e che non scivoli in giudizi sia su Laura che sulle sue figure significative.

Il terapeuta proporrà una relazione basata sulla collaborazione rispetto all'analisi, la comprensione e al tentativo di risoluzione della richiesta presentata. Mantenere il focus centrato sulla richiesta presentata, pur nella consapevolezza da parte del terapeuta delle richieste implicite e delle problematiche sottese, e proporre una relazione in cui insieme si collabora per raggiungere un obiettivo condiviso, pone le basi per l'alleanza terapeutica, elemento indispensabile per poter svolgere un intervento efficace.

Negli incontri successivi, per poter verificare le ipotesi fatte, raccoglierei maggiori informazioni sia su di lei che sulla sua famiglia, evitando di proporre un vero e proprio genogramma che potrebbe essere vissuto come intrusivo. Qualche esempio di richiesta di informazioni:

- studi effettuati, lavoro, vita sociale
- informazioni sui suoi genitori (età, tipo di lavoro, loro presenza/assenza nella vita familiare ed eventuali altre figure sostitutive), ha parlato di un fratello più grande, ci sono altri fratelli?
- storia familiare (separazioni, trasferimenti, eventi luttuosi/traumatici)

Chiederei anche maggiori informazioni sul tipo di relazioni presenti tra i vari membri della sua famiglia, collegando le domande nel colloquio agli avvenimenti che Laura ha raccontato nel primo colloquio:

- rispetto all'abuso subito da bambina, evitando di indagare il fatto in sé, proporrei domande che riguardano i suoi vissuti relazionali: "mi chiedo come mai non abbia raccontato alla sua mamma di quel ragazzo che le proponeva il gioco di mamma e babbo?", "qual è stata la reazione dei suoi genitori quando la maestra ha rivelato quello che stava accadendo?" "Ne avete parlato insieme?"
- rispetto alla sua problematica: "ne ha parlato con i suoi familiari?" se sì "cosa ne pensano?"
- rispetto alla sua relazione di coppia: "il suo fidanzato è stato ben accolto nella sua famiglia?"

Le informazioni così raccolte, rispetto alle ipotesi scaturite dal primo incontro, potrebbero portare a modificare le ipotesi, a confermarle e ad ampliarle aiutandomi ad indirizzare il tipo di intervento.

Cercherei di indagare la sequenza che innesca la rabbia, il senso di colpa e il suo star male, focalizzando l'attenzione su cosa può ricordare, nelle varie situazioni, di aver sentito dentro di sé prima della rabbia, che tipo di rabbia? Sempre la stessa rabbia o con delle differenze nelle diverse situazioni? La stessa cosa farei per il senso di colpa e il suo star male.

L'obiettivo è quello di cominciare ad allenare Laura a leggere il suo stato interno.

Un altro aspetto riguarda le reazioni dell'altro di fronte alla sequenza disfunzionale: "Che le sembra che senta il suo fidanzato di fronte al suo no al rapporto sessuale? Di fronte alla sua rabbia e poi al suo star male?"

In questo caso l'obiettivo è cominciare ad allenare Laura a leggere lo stato interno dell'altro.

Il processo terapeutico

Nello svilupparsi del processo terapeutico l'allenamento a riconoscere i propri e gli altrui stati interni dovrebbe poter consentire una elaborazione dei vissuti problematici: di quelli traumatici e di quelli in cui Laura ha sperimentato una dissonanza emotiva.

Nel processo terapeutico una particolare attenzione dovrà essere riservata al rischio che il terapeuta venga spinto a comportarsi o si proponga come una figura di accudimento per evitare che la sequenza disfunzionale venga riproposta anche nella relazione terapeutica.

Tutta la rabbia di Laura

È importante che il terapeuta abbia la capacità di tollerare gli inevitabili stati di tensione del paziente, ma è anche importante che sia capace di riconoscere i propri limiti e sia in grado di riconoscere i segnali di un suo eventuale eccessivo coinvolgimento e di porsi una serie di domande:

- come mai mi ritrovo in questa situazione?
- su che cosa che riguarda me stesso mi sto lasciando agganciare?
- si ricollega a qualche aspetto del processo terapeutico?
- che tipo di relazione sta rappresentando il paziente con me?
- che tipo di reazione emotiva il comportamento del paziente sta cercando di suscitare in me?

Un eccessivo coinvolgimento del terapeuta diviene un ostacolo per il processo terapeutico e inficia l'alleanza terapeutica, mentre un coinvolgimento terapeutico è propriamente instaurato nell'alleanza terapeutica.

L'Autrice



Luisa Martini è psicologo psicoterapeuta, socio fondatore nel 1975 del Centro di Studi e Terapia S.r.l. ente gestore dell'Istituto Italiano di Psicoterapia Relazionale (IIPR), didatta e supervisore nei Corsi di Specializzazione in Psicoterapia della Famiglia, è Socio fondatore nel 1990 della Società Italiana di Psicoterapia Relazionale e Sistemica (SIPRES), è didatta della Scuola Italiana di Ipnosi Ericksoniana (SIPE), è Rappresentante legale dell'IIPR e Presidente della FIAP.

Email: iipr.segreteria@gmail.com

Citazione (APA)

Martini, L. (2018). Tutta la rabbia di Laura. *Costruttivismi*, 5, 54-57. doi: 10.23826/2018.01.054.057