

Deletteralizzare “Paradosso e controparadosso” (il terapeuta all’incrocio)

Category: Psicologia & psicoterapia, Relazioni
scritto da massimo giuliani | 9 Maggio 2016



*Questo testo nasce dalla relazione “**Il terapeuta all’incrocio**” che ho portato al congresso **SIPPR** di Prato l’8 maggio scorso, nella sessione “Nuovi orizzonti del Milan Model”.*

All’ultimo momento, per ragioni varie, ho cambiato i miei programmi escludendo alcune parti della relazione e improvvisandone altre.

A beneficio di chi c’era e di chi non c’era, ma soprattutto mio, qua riporto la relazione, integrata con le parti estemporanee. Una parte del contenuto sarà nota soprattutto a chi ha letto il mio articolo “Il bambino sistemico e

l'acqua sporca" (Riflessioni Sistemiche n. 11), ma soprattutto l'e-book "Corpi che parlano", che avevo appena pubblicato quando mi sono messo a raccogliere le idee per la relazione.

*Grazie a **Gianmarco Manfrida**, presidente uscente della SIPPR, e ad **Andrea Mosconi**, coordinatore della sessione.*

Il terapeuta all'incrocio. Psicoterapia e metafora

Sembrerà strano il sottotitolo un po' retrò sulla metafora, dal momento che si parla del futuro e delle prospettive del Milan Model. La **metafora** è un argomento antico e suggestivo, ma vi proporrei qua di pensare alla metafora proprio liberandola dal suo valore *suggestivo*. Cioè guardando ad essa non come a una trovata retorica, ma – ce lo diceva **Bateson** – come a una modalità legittima e necessaria di conoscenza del mondo. Per cui vi propongo di pensare non alla metafora come strumento *nella* terapia, ma alla terapia come una faccenda metaforica.

Ascoltavo oggi pomeriggio il ricordo di alcuni colleghi di **Luigi Boscolo** e **Gianfranco Cecchin**. Ecco, pensavo a come, nei modi più vari, ciascuno dichiarasse un debito nei loro confronti: Cosa hanno preso dai Maestri di Milano, cosa ha arricchito la loro pratica. Ecco, pensavo che più che una conversazione fra medici o scienziati sembrava una conversazione fra *artisti*. Sono i musicisti improvvisatori che parlano così: come hanno fatto proprie certe idee e certe creazioni, cosa hanno *rubato* nelle *jam session*, come le hanno rielaborate a modo proprio eccetera. Questo ha a che fare con l'idea che ho di Boscolo e Cecchin.

Camillo Loriedo ricordava che qualcuno diceva a Boscolo di ritenerlo un grande ipnotista, e di questo lui sorrideva, perché l'ipnosi non era la sua materia. Credo che questa idea di Boscolo come ipnotista sia da attribuire alle caratteristiche della sua voce profonda – una questione di *suono* – ma anche a un dettaglio peculiare del suo stile terapeutico. Quando restituiva a una famiglia la sua rilettura finale, la scandiva per bene; poi, quando aveva detto quello che aveva da dire, lo ripeteva con qualche parola cambiata, come per farsi capire bene, ma anche come per mettere la sua idea sotto una luce un po' diversa, per renderla meno univoca; e poi un'altra volta così. Ecco, questo modo di ripetere le cose aveva certamente un che di ipnotico, e le persone stavano ad ascoltarlo in silenzio. Ma a me faceva pensare anche a un **improvvisatore jazz**: come un musicista be-bop esponeva il tema e poi lo risuonava un po' diversamente, e poi lo suonava un'altra volta cambiandolo ancora.

Di recente ho intervistato per "Conessioni" **Jacqueline Pereira**, la moglie di Luigi Boscolo, perché mi parlasse degli anni della formazione negli Stati Uniti. Volevo verificare la mia ipotesi dell'influenza su Boscolo del periodo trascorso al Greenwich Village di **New York**. Il Village negli anni Sessanta era l'epicentro della **controcultura**. Lì vivevano artisti, musicisti, poeti, scrittori, e, sì, anche Luigi Boscolo e Gianfranco Cecchin. La storia che mi ha raccontato Jacqueline credo sia molto illuminante e vi rimando ad essa (*in pubblicazione*).

Ecco, dal momento che dobbiamo parlare del futuro e delle prospettive del modello: nell'arte il problema di che fare della **tradizione** e di quello che è venuto prima, il più delle volte non si risolve cancellandoli. Quello che si

fa col passato è *usarlo*. È *appropriarsene*. Né rifarlo, né distruggerlo: lo si trasforma, gli si cambia cornice. Per questo negli anni Novanta, quando leggevo critiche ingiuste al Milan Model come quella di **Michael White** (di che sistemica stava parlando? Di quella di vent'anni prima?) o quella pretestuosa di Efran e Clarfield (che, riducendo l'approccio alle sue tecniche, e scambiando *tecniche* per *procedure*, facevano passare quello per una lista di prescrizioni procedurali), non capivo. Quei critici, con l'aria di essere scettici nei confronti di qualunque cosa sapesse troppo di tecnologia, si comportavano come scienziati che avevano scoperto qualche nuova tecnologia che rendeva sorpassate le precedenti. Non come degli artisti della conversazione alle prese con un'arte in evoluzione.

Dicevamo, "*il terapeuta all'incrocio*". Che razza di metafora è? Non è una metafora, per lo meno non all'inizio. Il terapeuta all'incrocio sono io, fermo in senso letterale una sera allo stop con la mia vetturessa.



Avete presente?, uno di quegli stop dai quali è difficile uscire, per via del fatto che non si vede a destra e a sinistra. Così, per scegliere il momento di uscire bisogna sporgersi per vedere, ma per sporgersi e vedere bisogna uscire. E se a un certo punto non si rischia, si rimane fermi là. Oppure bisogna trovare un modo di buttare lo sguardo e prendere una decisione a ragion veduta.

Ecco, mentre mi trovo lì allo stop pensando se uscire o se stare, e provando a valutare il rischio di andare mezzo metro più avanti, mi viene in mente una mia paziente incontrata in studio due sere prima.

Raffaella è una donna di 45 anni, che in quella seduta mi raccontava di un collega che le chiedeva insistentemente di uscire, ma lei non sapeva decidersi. Per rispondere ai suoi inviti sentiva di doverlo conoscere un po'

meglio, ma finché non ci avesse passato del tempo insieme non lo avrebbe conosciuto abbastanza da poter decidere se passarci del tempo insieme!



Ora, la somiglianza fra la mia situazione all'incrocio e il dilemma della paziente mi pare evidente. C'è un'analogia non fra me e la paziente, e nemmeno fra la strada e il corteggiatore. La somiglianza è fra i due contesti: io-visibilità dell'incrocio-decisione se uscire e Raffaella-conoscenza del collega-decisione se uscire (guardate la parola che ricorre in entrambi: *uscire*; è la stessa parola ma non indica la stessa azione, e il rapporto fra i due *uscire* non è che metaforico).

È una di quelle che **Steven Pinker** (2007) chiama "strutture metaforiche astratte", cioè somiglianze strutturali fra due diverse situazioni, tali per cui conoscendone una questa stabilisce una connessione all'altra, e questa connessione può tornarci utile per comprenderla.

All'inizio ho pensato: caspita, se i due eventi (la seduta con Raffaella e il mio imbarazzo all'incrocio) si fossero verificati in ordine inverso, l'incrocio sarebbe stato una brillante metafora terapeutica ("sa, il suo dilemma mi fa venire in mente quello che succede allo stop eccetera eccetera"). Poi, qualche seduta dopo, la questione se uscire col collega si ripresentò, dandomi l'occasione di dire a Raffaella: "un po' di tempo fa mi sono trovato in una situazione che mi ha fatto pensare a lei". E così parlammo un po' della sua scelta difficile, potendo guardarla con la distanza rassicurante che la metafora ci permetteva.

Emergono due punti interessanti: il primo è che la metafora non è una somiglianza fra *cose* ma fra *contesti*, fra *relazioni*. Il secondo è che funzioniamo così: connettiamo esperienze metaforicamente. Ma questo ce l'aveva detto già Gregory Bateson: avete presente il *sillogismo in erba*?

L'uomo è erba e il corteggiamento è un incrocio in cui bisogna decidere se uscire o no. Connettiamo esperienze nuove (in questo caso storie di cui siamo spettatori in terapia) con esperienze che abbiamo già fatto (fuori dalla stanza di terapia).

Nel mio libro sulla metafora in terapia racconto di Marcello e Lucia: lui metalmeccanico con la passione di assemblare e riparare chitarre elettriche, lei impiegata. Lui con esperienze dure nel proprio passato, lei con anni di servizio in parrocchia. Lui con il suo grande amore per gli AC-DC e i Guns'n'Roses, lei col suo controllato trasporto per Baglioni e i cantanti melodici.



Lucia è in ansia perché quando Marcello alza la voce con i figli le sembra davvero aggressivo, e ha paura che i ragazzi si terrorizzino. D'altra parte i figli sembrano cogliere che quando il papà grida e dice cose intimidatorie l'intento non sia quello di minacciarli, ma di interrompere un processo. È il suo stile. Non sarà il massimo dell'eleganza, ma è fatto così.

Dico a entrambi: "Sembra che non siano le parole la cosa importante per Marcello, ma la musica... cioè, è diverso il valore che date alle parole. Per Lucia le parole sono importanti per quello che dicono. Per Marcello sono importanti per come suonano. Insomma, è come se ascoltaste una canzone: ci sono quelli che ascoltano più la musica e quelli che ascoltano più le parole, avete presente? Ecco, forse voi siete un po' così..." (...)

E mi parlano di come ascoltano la musica e di come, sì, Lucia faccia attenzione alle parole mentre a Marcello interessino i *riff* di chitarra. La metafora connette Marcello e Lucia: saranno diversi, ma sono due persone che cercano, per così dire, la musica. E connette entrambi con me: penso che Marcello avrà sentito che la metafora lo valorizzava – tanto da poter uscire dalla sua posizione di accusato e spiegare a Lucia la sua reazione

animosa – perché l'ascoltare musica e suonare la chitarra sono attività che mi riguardano. La metafora richiama una **connessione** mai esplicitata fra il mio mondo e il suo.

Grazie a George Lakoff (Lakoff e Johnson, 1980 e 1998) abbiamo capito che quando parliamo per metafore parliamo della nostra esperienza corporea nel mondo fisico. È attraverso quella che conosciamo il mondo non fisico (emozioni, sentimenti, affetti), e ne parliamo come parliamo del **corpo** nel mondo fisico ("mi sento giù", "siamo a mezza strada", "quell'esperienza mi ha piegato" eccetera). E grazie a Steven Pinker abbiamo capito che quando parliamo per metafore connettiamo un'esperienza nuova ed estranea con un'altra che **ci riguarda**.



Insomma: quando parliamo di terapia e metafora, parliamo di tutt'altro che di una strategia retorica di persuasione. Il terapeuta non va nella stanza di terapia armato di metafora: anzi vi entra **disarmato**, col proprio mondo e il proprio corpo. Ma, per capirci: nemmeno parliamo di un terapeuta più o meno *amichevole* o *affettuoso*. Siamo tanto distanti da una terapia fatta di strategia e di controllo quanto dalla *self disclosure* obbligatoria di certi terapeuti postmoderni.

Pensare alla terapia come a un contesto di comunicazione metaforica ci fa volare più alto dei **dualismi** triti della finalità cosciente.

Oggi pomeriggio Pietro Barbetta ci ha mostrato una **seduta** di Luigi Boscolo che interagiva con una bambina: ci siamo emozionati tutti davanti al modo in cui le ha permesso di dare voce alla propria visione dei suoi genitori. Boscolo, immensamente innamorato del proprio lavoro, era felice particolarmente quando lavorava con i bambini. E chi conosce qualcosa della

sua **biografia**, ha un'idea delle risonanze metaforiche che lo commuovevano intensamente nel lavoro coi bambini e gli permettevano di essere così bravo con loro. Senza nessuno sforzo di essere manifestamente gentile o deliberatamente empatico, ma anche senza alcuna malizia strategica. Abbiamo visto un terapeuta che "fa fare" delle cose ai pazienti, ma partecipe e divertito quanto non può esserlo un terapeuta che impartisce prescrizioni col fine intenzionale di modificare comportamenti. Quanto forse non potevano essere persino nemmeno i terapeuti strategici di "Paradosso e controparadosso" (Selvini Palazzoli et al., 1978) – o meglio: i terapeuti che volevano che pensassimo che fossero quando interpretavano il metodo strategico.

Ripensando alla terapia come a una questione di metafore, mi domando se le prospettive di questo mestiere – di questo modo particolare di farlo, che chiamiamo "Milan Model" – non risiedano nella nostra capacità di **deletteralizzare** la pesante tradizione sistemico strategica – come James Hillman suggeriva di fare con Freud per approdare a una posizione narrativa. Di leggerla più in chiave **metaforica** e **letteraria**. Di tenerci stretto "Paradosso e controparadosso", a patto di leggerlo non come un testo scientifico ma come la storia di quattro terapeuti geniali che si sono inventati un modo di parlare con le famiglie e di incoraggiare il cambiamento. Di leggere i suoi casi clinici mantenendoci scettici sulle spiegazioni degli autori, interrogandoli e lasciandoci interrogare come si fa con un romanzo.

Peraltro mi domando se la strada che hanno imboccato gli stessi Boscolo e Cecchin dopo la **scissione** dei Milan Associates non sia quella di una continua deletteralizzazione di se stessi (ammesso e non concesso che, prima, prendessero alla lettera la terapia strategica).

Il Cecchin che ci raccomandava, più o meno: "quando fate una connotazione positiva dovete crederci voi stessi, altrimenti lasciate perdere: le persone sentono se siete sinceri", non diceva le stesse cose che aveva detto anni prima su quel testo sacro. Si poneva lontano dalla posizione ingegneristica dell'ingiunzione paradossale, e piuttosto ci stava prescrivendo uno sguardo di secondo ordine: mettere noi stessi nella prospettiva di trovare aspetti positivi, ancora prima di proporla alle persone. Non era più una strategia, non era più un trucco. Era la proposta di un "lavoro su se stessi" (quello che, dicono, nel Milan Model non si fa).

Deletteralizzare il patrimonio di quel modo di lavorare ci permette di scoprirne implicazioni formidabili.

Deletteralizzata, la **seduta** con l'équipe, quella scandita in cinque parti che in "Paradosso e controparadosso" costituiva un potente strumento per mantenere il controllo sulla conversazione, diventa una *struttura narrativa*. Sembra che il superamento delle pratiche del Milan Model in nome di una posizione narrativa abbia finito per demolire proprio gli elementi più gagliardamente narrativi di quel modo di lavorare.

Deletteralizzate, le **prescrizioni rituali** diventano – anziché una tecnica per introdurre modificazioni surrettizie dei comportamenti e dei modi di stare insieme – la proposta di una *esperienza metaforica*. La famiglia Casanti, seduta attorno al tavolo con la porta di casa chiusa e con la consegna che

ogni membro si esprimesse per un tempo limitato e uguale per tutti, sperimentava metaforicamente spazi psicologici, confini, vicinanze, distanze, ascolto. Il libro raccomandava ai terapeuti di non svelare il senso della prescrizione, che altrimenti sarebbe stata esposta a squalifiche e vanificata. Ecco, io penso che fosse prudente non dire troppo: ma perché una metafora non va commentata. La spiegazione di una metafora è un imbroglio, è una bugia. È un'altra cosa.

Deletteralizzata, la **prescrizione paradossale** è la *promessa* di una relazione. Anni fa (si veda Giuliani, 2008 e 2016; Barbetta e Giuliani, 2013) nel Forum sulle Matrici Culturali coordinato da Pietro Barbetta all'università di Bergamo, conducemmo un lavoro di follow up con alcune ex anoressiche: alcune di loro avevano avuto una terapia strategica, che si concludeva – tradizionalmente – una frazione di secondo dopo la remissione del sintomo. Coerentemente con quello che già aveva capito Mara Selvini, le terapie strategiche erano molto efficaci per indurre le ragazze ad abbandonare l'anoressia, ma generalmente, dopo aver ricominciato a mangiare, tutte sentivano il bisogno di una terapia per sé e vivevano la fine della terapia come un abbandono e un tradimento. Era come se l'intervento (in cui i clinici, in sostanza, annunciavano che avrebbero desistito dalla terapia), lungi dall'essere risolutivo, fosse però un messaggio come: "da questo momento ti prometto una relazione con me libera da qualunque condizionamento del cibo: non voglio parlare con te di questo, non voglio convincerti ad avere comportamenti di qualunque genere". Per i terapeuti questo chiudeva la partita; per le ragazze era l'inizio. A quell'inizio non seguiva nulla. La promessa era tradita. Nei casi in cui le ragazze avevano ancora rapporti, anche laschi e informali, col terapeuta, vivevano quelli come la vera terapia e ne ricavano un'esperienza evolutiva potente. La riflessione sui follow up di ex anoressiche prese in carico con la terapia strategica ci ha portato a deletteralizzare la letteratura sulla terapia strategica e le prescrizioni paradossali. Che erano importanti, ma forse per tante altre ragioni che non quelle che conosceamo.

Se le cose stanno così, è probabile che esistano solide buone ragioni per conservare quel patrimonio, liberandolo magari dalla vecchia cornice epistemologica, invece che abbandonarlo; per deletteralizzare quelle pratiche e stare a vedere cosa hanno da offrire oggi, che nuovi significati possono assumere.

Concludo con un brano di una intervista di Antonio Bussi a **Harold Goolishian** (1989, ripubblicata nel 2015) il terapeuta di Galveston è richiesto a un certo punto di dire la sua sulla Mara Selvini dei "Giochi psicotici nella famiglia" (1988). È un passaggio che mi pare interessante, perché non riesco a immaginare due terapeuti più distanti fra loro che Goolishian e la Selvini. Il corsivo è mio:

"La mia descrizione di ciò che lei fa non si accorda con la sua. Ho pensato che avesse speso un sacco di tempo nel fare esattamente quello che io penso si debba fare, che è: essere co-autori di una nuova narrativa con la gente."

Goolishian non contesta tanto le pratiche, quanto il modo di descriverle e spiegarle (che poi, certo, produce a sua volta pratiche contestabili). Come se il linguaggio della finalità cosciente allontanasse dal cuore della questione, della relazione terapeutica e del cambiamento.

Mi pare un esempio di un modo di leggere oggi con più passione quello che i Maestri facevano che le spiegazioni del perché lo facessero. O almeno, leggere quelle spiegazioni come parte della storia.

Riferimenti bibliografici

- Barbetta P., Giuliani M. (2013), "Strategie per una terapia non strategica: una conversazione con Pietro Barbetta su anoressia e cura". In *Psychiatry on line Italia*, URL consultato in data 2 dicembre 2015.
- Giuliani M. (2008), "Le emozioni dei terapeuti e la memoria della paziente. Un ipertesto sull'anoressia". *Connessioni*, n. 21, pp. 103-132. URL consultato in data 2 dicembre 2015.
- Giuliani M. (2014), "Il bambino sistemico e l'acqua sporca". In *Riflessioni Sistemiche* n. 11, pp. 163-175. URL consultato in data 2 dicembre 2015.
- Giuliani M. (2016), *Corpi che parlano. Psicoterapia e metafora*. E-book Durango Edizioni, Trani.
- Goolishian H. (1989) intervistato da Bussi e Ravella, ne *Il Bollettino del Centro Milanese di Terapia della Famiglia* n. 18. Rist. in *Connessioni* n. 34 (2015).
- Lakoff G., Johnson M. (1980), *Metafora e vita quotidiana*. Bompiani, Milano, 1998 (III ed. 2007).
- Lakoff G., Johnson M. (1998), *Elementi di linguistica cognitiva*. Quattro Venti, Urbino.
- Pinker S. (2007), *Fatti di parole*. Mondadori, Milano, 2009.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G., Prata, G. (1978), *Paradosso e controparadosso*. Feltrinelli, Milano. Rist. R. Cortina Editore, Milano (2003).
- Selvini Palazzoli M., Cirillo S., Selvini M., Sorrentino A.M. (1988), *I giochi psicotici della famiglia*. R. Cortina Editore, Milano.